LAROUSSE

100% placer

postres con frutas

LAROUSSE

postres con frutas

LAROUSSE

Sumario

PRIMAVERA

Cerezas

Tarta clafoutis de cerezas 4
Tarta de cerezas 6
Compota de cerezas con kirsch y almendras 7

Fresas

Delicias de fresas 8
Fresas a la maltesa 10
Bavarois de fresas 11
Ruibarbo con fresas 12
Fresas confitadas con vinagre balsámico 14

Frambuesas

Frutas rojas variadas con nata montada 15
Roedgroed 16
Compota de frambuesas al coñac 18
Cuajada de frambuesa 19
Merengues helados con frambuesa 20

Kiwis

Ensalada de kiwis con cítricos 22

Mangos

Tarta clafoutis de mango 23
Rodajas de mango con crema de mango y coco 24
Compota de mango 26

VERANO

Albaricoques

Papillotes de albaricoque con espliego 27
Compota de albaricoques asados 28
Postre cremoso de albaricoque 30
Albaricoques gratinados con almendras 31

Arándanos rojos

Áspics de arándanos rojos al vino tinto 32

Grosellas y grosellas negras

Bavarois de grosellas negras 34
Frutos del bosque gratinados 35
Sopa de frutos del bosque 36

Melón

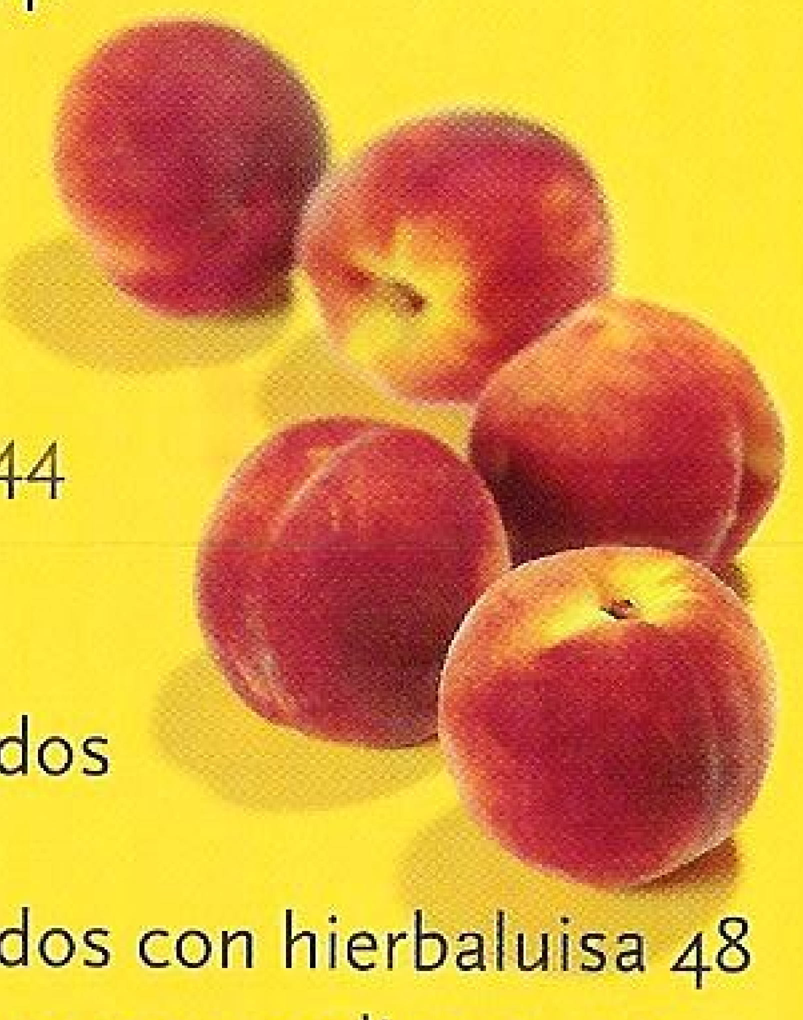
Melones sorpresa con frutas rojas 38
Melón a la menta 40

Moras

Tartaletas de moras 41

Arándanos

Crumble de arándanos 42
Tarta de arándanos 44



Melocotones

Melocotones gratinados con especias 46
Melocotones marinados con hierbaluisa 48
Melocotones salteados con espliego 49
Melocotones a la bordelesa 50

OTOÑO

Membrillos

Compota de membrillo con naranja 52

Higos

Sabayón de higos 53
Higos asados con vino dulce y naranja 54

Peras

Postre cremoso de mijo y peras 56
Peras williams con almíbar de vainilla 58
Tarta de pera 60

Manzanas

Tarta de manzana 61
Manzanas gratinadas con frutos secos 62
Suflé de manzanas 64
Manzanas al horno al estilo de la abuela 66
Crumble de manzanas 67
Tarta Tatin 68

Ciruelas

Bizcocho de ciruelas 70
Compota de ciruelas con jengibre 71

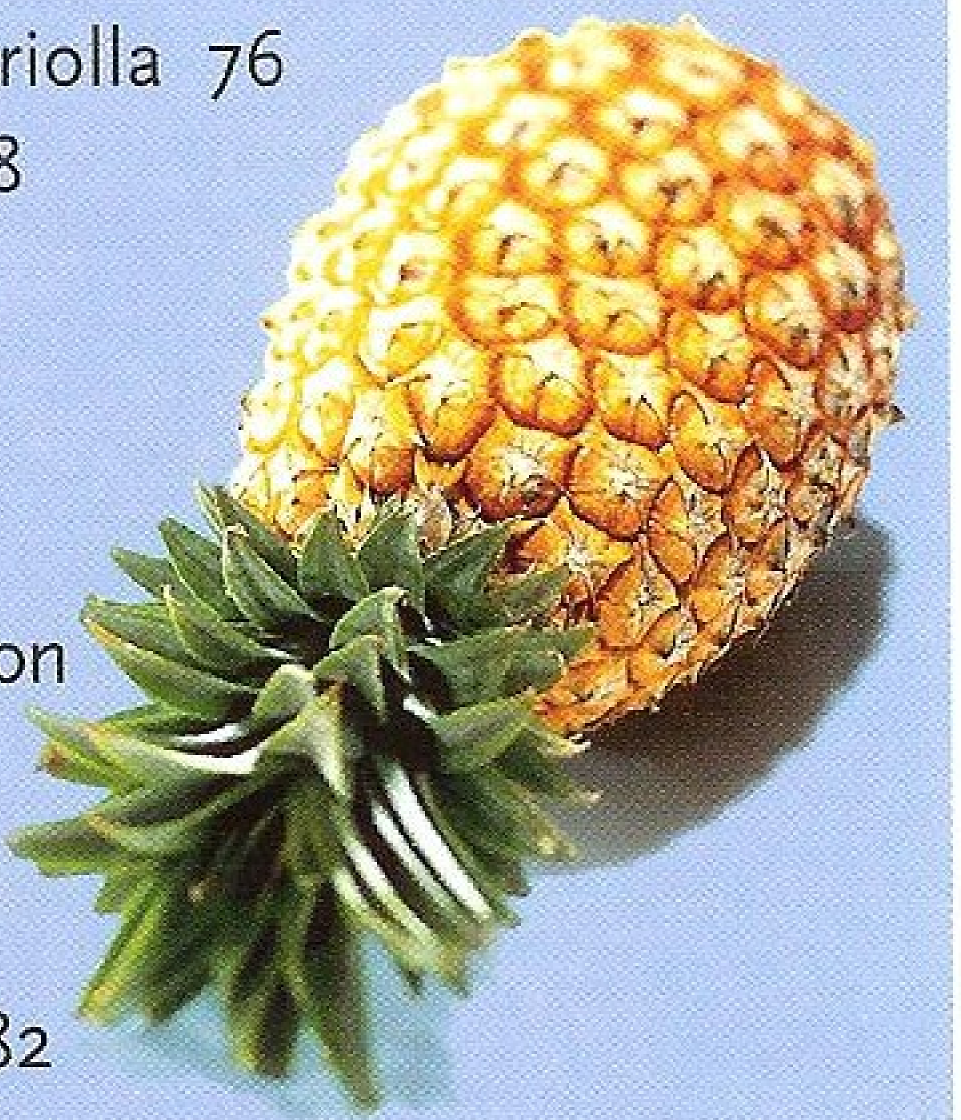
Uvas

Cestillos de uvas 72
Tarta de uvas 74

INVIERNO

Piña

Flan de piña 75
Piña sorpresa a la criolla 76
Volteado de piña 78



Plátanos

Puré de plátano con especias 79
Plátanos salteados con leche de coco 80

Limones

Mousse de limón 82
Suflé de limón 83

Dátiles

Picadillo de dátiles con manzanas 84

Mandarinas

Mandarinas gratinadas 86
Sorbete de mandarina 88

Naranjas

Tarta de naranja 89
Bizcocho de naranja 90
Áspics de naranja 92

Pomelos

Pomelos salteados caramelizados 93
Sabayón de cítricos con especias 94

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 35 min

Tarta clafoutis de cerezas

750 g de cerezas negras
6 huevos
120 g de azúcar en polvo
25 cl de leche
100 g de harina
20 g de mantequilla
1 pizca de sal

- Lave las cerezas, séquelas con papel absorbente, retire los rabillos y deshuéselas.
- Prepare la masa. Para ello, bata los huevos en un cuenco. Añada 90 g de azúcar y la sal. Mézclelo todo y luego vierta la leche.
- Espolvoree la harina y mezcle bien hasta obtener una masa de consistencia lisa. Deje reposar durante 10 minutos.
- Precaliente el horno a 220 °C (termostato 7).
- Unte con mantequilla un molde alto para tartas, coloque las cerezas en el fondo y vierta la masa por encima procurando que las cerezas no se muevan.
- Hornee durante 35 minutos. Retire la tarta del horno y deje enfriar. Espolvoree el resto del azúcar por encima.
- Sirva templada o fría.

Originariamente, la tarta clafoutis se preparaba con cerezas con hueso. Así, está más sabrosa, pero es más difícil degustarla.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 30 min
Cocción: unos 45 min
Refrigeración: 2 h

300 g de pasta brisa (o un rollo de pasta ya elaborada)

1 yema de huevo batida

700 g de cerezas frescas o en conserva

120 g de azúcar en polvo

15 cl de nata líquida

10 cl de leche

3 huevos pequeños enteros

3 yemas de huevo

azúcar glas

Tarta de cerezas

- Prepare la pasta brisa (véase receta p. 61). Unte con mantequilla un molde para tartas.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Extienda la masa sobre la superficie de trabajo con el rodillo de cocina. Dele la forma de un círculo de unos 30 cm de diámetro y 3 mm de grosor. Forre el molde con la pasta y presiónela ligeramente con las yemas de los dedos para que se adhiera a la base y a los laterales del recipiente. A continuación, corte la pasta que sobresalga del molde. Pinche la base con un tenedor y luego coloque un círculo de papel sulfurizado encima. Cúbralo de legumbres y hornee durante 15 minutos. Retire la tarta del horno, saque las legumbres y el papel sulfurizado, y después, con un pincel, pinte la base con una yema de huevo batida y hornee 5 minutos más.
- Lave las cerezas. Séquelas con un paño y retire los rabillos. Deshuéselas con un deshuesador de cerezas o córtelas con cuidado por la mitad con un cuchillo para retirarles el hueso. Mezcle el azúcar, la nata, la leche, los huevos enteros y las 3 yemas en un cuenco pequeño. Bata durante unos instantes hasta que la mezcla adquiera una consistencia homogénea.
- Coloque las cerezas sobre la base de la tarta, vierta la crema por encima y hornee durante 45 minutos, hasta que la superficie se dore.
- Retire la tarta del horno, desmóldela y déjela enfriar sobre una rejilla. Después, conserve 2 horas en la nevera. Justo antes de servir, espolvoréela con el azúcar glas.
- Sírvala fría.

PARA 4 O 6 PERSONAS

Preparación: 20 min
Sin cocción

Compota de cerezas con kirsch y almendras

1,2 kg de cerezas muy maduras
15 cl de vino blanco seco
150 g de azúcar en polvo
1 vaina de vainilla
5 cl de kirsch
2 c de almendras fileteadas

- Lave las cerezas, séquelas, retire los rabillos y deshuéselas. Parta unos cuantos huesos y envuélvalos en un trozo pequeño de muselina.
- Mezcle el vino blanco y el azúcar en una cacerola grande. Caliente a fuego lento y remueva para que el azúcar se disuelva.
- Añada las cerezas, la vaina de vainilla cortada por la mitad en sentido longitudinal y el paquetito de huesos de cereza. Lleve a ebullición a fuego lento y deje cocinar 10 minutos más removiendo de vez en cuando.
- Retire las cerezas con una espumadera y póngalas en una compotera. Prosiga la cocción del almíbar a fuego vivo durante otros 10 minutos para que se concentre un poco.
- Apague el fuego y retire los huesos de cereza. Raspe el interior de la vaina de vainilla. Mezcle las semillas con el almíbar y retire la vaina. Añada el kirsch y mézclelo todo.
- Espolvoree las almendras fileteadas sobre las cerezas en la compotera y cubra con almíbar. Deje enfriar y luego conserve en la nevera.
- Sirva la compota fría.

PARA 6 TARTALETAS

Preparación: 30 min
Reposo: 1 h
Cocción: 15 min

Delicias de fresas

250 g de masa *sablée* (o un rollo de masa ya elaborada)

300 g de fresas

60 g de azúcar en polvo

130 g de mantequilla

6 hojas de menta fresca

- Prepare la masa *sablée* (véase receta p. 74).
- Enjuague las fresas y retire el rabillo. Ponga la mitad en un cuenco junto con el azúcar y déjelas macerar durante 1 hora, aproximadamente. Deje escurrir el resto de las cerezas sobre papel absorbente.
- Precaliente el horno a 190 °C (termostato 6).
- Enharine el rodillo de cocina y extienda la masa hasta que adquiera un grosor de 3 mm. Recorte 6 círculos de masa con un molde para pastas.
- Coloque estos círculos en los moldes para tartaletas untados con mantequilla. Pinche la base de cada uno de ellos con un tenedor. Corte 6 trozos de papel sulfurizado y colóquelos encima con unas cuantas alubias para evitar que la masa se hinche durante la cocción.
- Hornee durante 10 minutos.
- Ponga la mantequilla en un cuenco y trabájela con una batidora o con un tenedor para que adquiera una textura de pomada.
- Escurra las fresas maceradas, páselas por el tamiz y añádalas a la mantequilla. Mezcle esta crema hasta que adquiera una consistencia homogénea.
- Cuando las tartaletas estén frías, retire las alubias, desmóldelas con cuidado y, con una cuchara, reparta la crema de fresa sobre ellas. Coloque las fresas frescas encima y decore con unas hojas de menta.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Sin cocción

Fresas a la maltesa

3 naranjas maltesas (o de zumo)

600 g de fresas

70 g de azúcar en polvo

3 cl de Cointreau

hielo picado

- Corte las naranjas por la mitad. Vacíelas con la ayuda de un cuchillo pequeño de sierra o con una cuchara, y coloque la pulpa en un cuenco.
- Corte un trocito de la cáscara de la base de las medias naranjas para darles estabilidad y luego consérvelas en una bandeja en la nevera.
- Aplaste la pulpa y cuele el zumo.
- Ponga las fresas en un escurridor, páselas rápidamente bajo el agua del grifo y luego retire los rabillos.
- Añada el azúcar y el Cointreau al zumo de naranja. Rocíe las fresas con esta mezcla y consérvelas en la nevera.
- A la hora de servir, llene las medias naranjas con las fresas. Reparta hielo picado en seis copas individuales y coloque las medias naranjas encima.
- Sirva de inmediato.

PARA 6 U 8 PERSONAS

Preparación: 45 min
Refrigeración: 5 o 6 h
Sin cocción

500 g de fresas frescas o congeladas

5 hojas de gelatina

el zumo de 1 limón

150 g de azúcar en polvo

PARA LA NATA MONTADA

50 cl de nata líquida

50 g de azúcar glas

Bavarois de fresas

- Si emplea fresas congeladas, descongélelas 2 o 3 horas antes. Trocee las hojas de gelatina y póngalas en remojo.
- Lave las fresas con agua, escúrralas y luego retire los rabillos. Conserve unas cuantas fresas enteras para la decoración y triture el resto junto con el zumo de limón en la batidora hasta obtener un puré.
- Cuele el puré con un colador en una cacerola. Añada el azúcar y caliente a fuego muy lento sin dejar de remover.
- Escurra los trozos de gelatina. Añádalos al puré de fruta templado y mezcle, hasta que se disuelvan por completo. Apague el fuego y deje enfriar.
- Mientras tanto, bata la nata procurando agregar el azúcar glas en el último momento.
- Corte un círculo de papel sulfurizado del diámetro del molde y colóquelo en el fondo. Mezcle cuidadosamente el puré de fresa frío con la nata. Vierta el preparado en el molde y conserve en la nevera entre 5 y 6 horas.
- Deslice la hoja de un cuchillo a lo largo de las paredes del molde para despegar el bavarois y vuélquelo sobre un plato. Retire el papel sulfurizado y decore con las fresas enteras. Conserve nuevamente en la nevera hasta el momento de servir.
- Sirva el bavarois muy frío acompañado de un coulis de fresa o de nata montada y unas cuantas fresas frescas.

PARA 8 PERSONAS

Preparación: 20 min
Maceración: 3 h
Cocción: de 20 a 30 min

1 kg de ruibarbo
250 g de azúcar en polvo
300 g de fresas muy maduras

Ruibarbo con fresas

- Lave el ruibarbo con agua fría, pélelo con un cuchillo mondador y córtelo en trozos regulares de 4 o 5 cm. Ponga los trozos de ruibarbo en un cuenco, espolvoréelos abundantemente con azúcar y mézclelo todo con una cuchara de madera. Deje macerar 3 horas, removiendo de vez en cuando con una espátula.
- Vierta el contenido del cuenco en una cacerola de acero inoxidable. Cueza entre 20 y 30 minutos a fuego lento y deje enfriar.
- Lave las fresas, séquelas, retire los rabillos y córtelas por la mitad. Vierta el ruibarbo en una compotera y decore con los trozos de fresa en el centro.
- Sirva este postre muy frío.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 3 min

Fresas confitadas con vinagre balsámico

600 g de fresas
80 g de azúcar en polvo
10 cl de agua
2 c de vinagre balsámico

- Ponga las fresas en un escurridor, páselas por debajo del chorro de agua fría y escúrralas. Retire el rabillo y, según su tamaño, córtelas por la mitad o déjelas enteras.
- Ponga el azúcar con 10 cl de agua en una cacerola y caliente a fuego lento mientras remueve, hasta que el azúcar se disuelva por completo. A continuación, lleve a ebullición y deje cocer 2 minutos a fuego lento hasta obtener un almíbar de textura ligera que se espesará al enfriarse.
- Añada el vinagre balsámico y mezcle. Mantenga la cacerola a fuego vivo y agregue las fresas. En cuanto rompa a hervir, retire del fuego y deje enfriar.
- Reparta las fresas y el almíbar de vinagre en cuatro copas individuales y conserve en la nevera.
- Sirva muy frío acompañado, por ejemplo, de una bola de helado de requesón.

Las fresas, al igual que el melón y la sandía, son frutas que permiten preparar postres ligeros.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min, 2 h antes
Cocción: 6 o 7 min

500 g de grosellas rojas y blancas

50 g de frambuesas

150 g de azúcar en polvo

2 dl de nata líquida

Frutas rojas variadas con nata montada

- Lave las grosellas, desgránelas y resérvelas.
- Ponga las frambuesas en una cacerola y caliéntelas a fuego lento aplastándolas con el dorso de una cuchara. Cuando empiecen a hervir, retírelas del fuego.
- Cuele la compota de frambuesas obtenida. Para ello, emplee un colador fino y aplaste la compota para extraer todo el jugo. Añada el azúcar en polvo.
- Ponga las grosellas en un cuenco y cúbralas con este almíbar cuando aún esté templado. Deje enfriar y luego conserve 2 horas en la nevera.
- Unos instantes antes de servir, bata la nata líquida muy fría.
- Reparta las grosellas con el almíbar de frambuesa en cuatro copas de cristal, cubra con nata batida y sirva de inmediato.

Si emplea grosellas congeladas, descongélelas una hora antes a temperatura ambiente.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: 25 min
Refrigeración: 2 h

300 g de fresas
300 g de frambuesas
150 g de azúcar en polvo
2 limones
50 cl de nata líquida muy fría

Roedgroed

- Enjuague las fresas y retire los rabillos. Haga lo mismo con las frambuesas. Póngalas en una cacerola de fondo grueso y cuézalas durante 10 minutos a fuego lento. Reserve la mitad y triture la otra mitad con la batidora. Vierta el jugo obtenido en la cacerola y lleve a ebullición.
- Añada entonces el azúcar y el zumo de los 2 limones. Mézclelo todo. Deje cocer a fuego lento durante unos 15 minutos. Vierta el coulis en un cuenco y conserve 2 horas en la nevera.
- Mezcle las frutas reservadas con el coulis.
- Bata la nata líquida en un bol helado.
- Reparta las frutas en seis copas individuales. Decore cada copa con unas cáscaras confitadas de naranja o de limón y una cucharada sopera de nata montada.

Ponga el resto de la nata en un cuenco y deje que cada uno se sirva al gusto.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: unos 10 min

1 kg de frambuesas maduras pero firmes

1 limón

150 g de azúcar en polvo

1 cc de semillas de cilantro machacadas

10 cl de coñac

Compota de frambuesas al coñac

- Escoja las frambuesas. Lave el limón con agua fría y cepíllelo. Retire la mitad de la cáscara y píquela. Exprima el limón para extraerle el zumo.
- Ponga el azúcar, el cilantro, la cáscara y el zumo de limón en una cacerola con 10 cl de agua, caliente a fuego lento y remueva con una cuchara de madera para que el azúcar se disuelva. Después, lleve a ebullición. Espume con cuidado y cueza a fuego vivo durante 5 minutos aproximadamente, hasta obtener un almíbar espeso.
- Añada las frambuesas, remueva y lleve a ebullición. Retire del fuego, vierta el coñac y mézclelo todo. Vierta la compota en una compotera y deje enfriar antes de conservar en la nevera.
- Sirva con nata montada.

Si lo desea, puede presentar esta compota en forma de flanes. Para ello, basta con agregar al almíbar una hoja de gelatina (previamente puesta en remojo) antes de añadir las frutas. Deje enfriar en seis moldes pequeños.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min
Sin cocción

4 c de nata líquida
4 tarros de cuajada
500 g de frambuesas
azúcar en polvo

Cuajada de frambuesa

- Bata enérgicamente la nata líquida muy fría.
- Ponga las cuajadas en cuatro platos. Rodéelas de frambuesas frescas.
- Corone cada una de ellas con 1 cucharada sopera de nata montada y espolvoree azúcar al gusto por encima.

Las frambuesas se pueden mezclar con frutas del bosque. Este postre también se puede servir con mermelada de frutas rojas.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Sin cocción
Congelación: 4 h

400 g de frambuesas

200 g de fresas silvestres pequeñas

150 g de azúcar glas

100 g de nata líquida

12 tiras de merengue alargadas

Merengues helados de frambuesa

- Triture con la batidora 300 g de frambuesas y todas las fresas. Añada el azúcar glas y la nata líquida sin batirla.
- Introduzca este preparado en el congelador.
- Cuando esté helado, córtelo en seis porciones. Ponga cada porción de helado entre dos tiras de merengue y presione ligeramente para que el helado se adhiera.
- Coloque los merengues helados sobre unas cajitas de cartón ondulado.
- Decore la base de los merengues con el resto de frambuesas.
- Sirva de inmediato.

Reserve con antelación en la pastelería 12 tiras de merengue rectangulares y de base plana de 10 cm de longitud como máximo. Ese tamaño hará que sean fáciles de rellenar. Es preferible adquirirlas blancas, aunque también puede escogerlas de color rosa.

PARA 4 PERSONAS

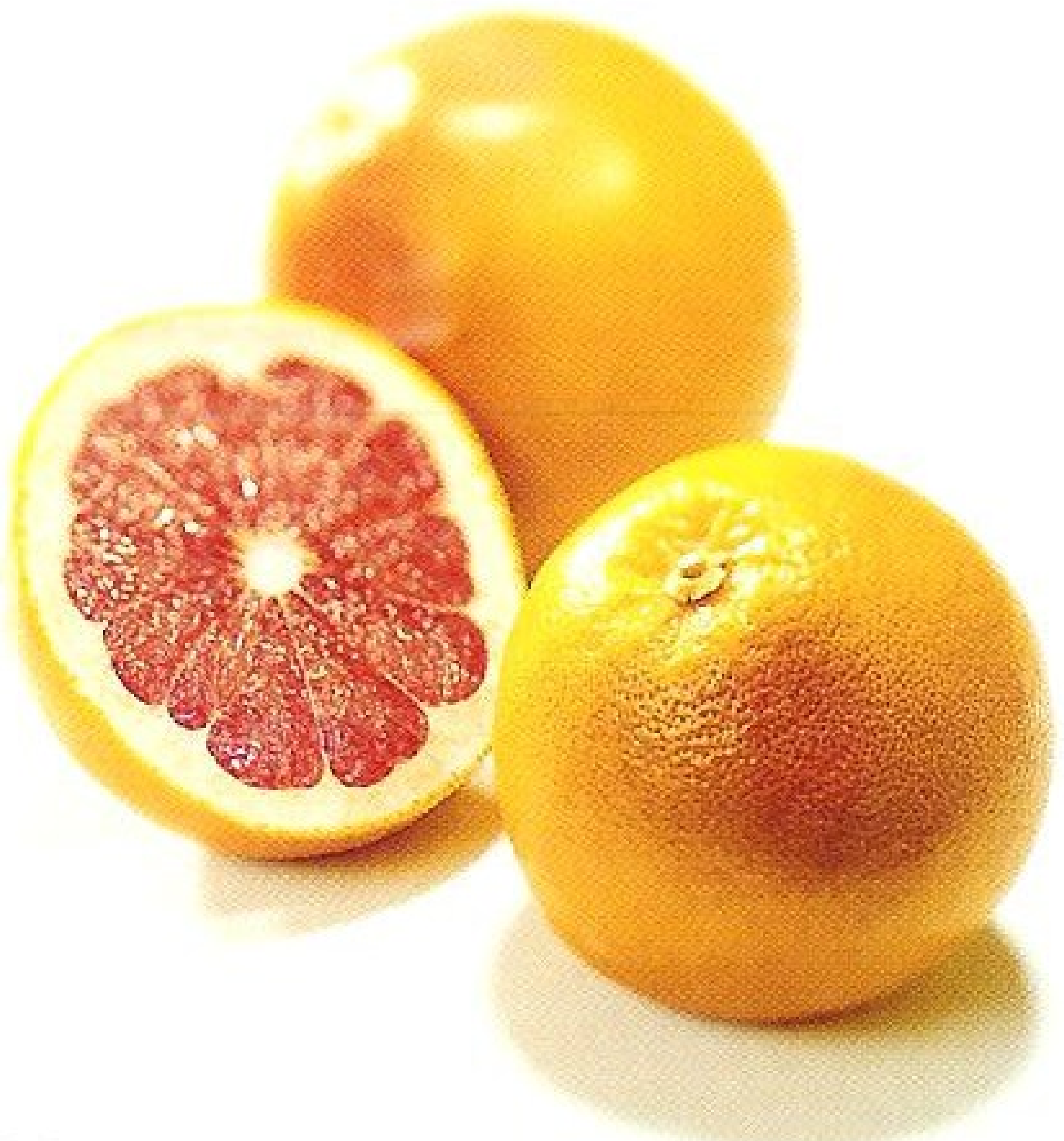
Preparación: 15 min
Cocción: unos segundos

Ensalada de kiwis con cítricos

3 kiwis
1 naranja
1 pomelo
1 limón
2 c de miel líquida
1 c de almendras fileteadas
unas hojas de menta fresca

- Pele los kiwis y córtelos en láminas finas. Pele la naranja y el pomelo y separe los gajos.
- Corte el limón por la mitad y exprímalo. Vierta el zumo en un bol y mézclelo con la miel.
- Ponga la fruta en un cuenco, rocíela con la mezcla de miel y zumo de limón, y conserve en un lugar fresco hasta la hora de servir.
- Tueste las almendras unos segundos en una sartén muy caliente sin aceite. A la hora de servir, espolvoree las almendras sobre los trozos de fruta y decore con las hojas de menta.

Si lo desea, puede acompañar esta macedonia de frutas con una bola de helado de vainilla y unos mantecados.



PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 40 min

5 o 6 mangos
250 g de azúcar en polvo
4 huevos
25 cl de leche
100 g de harina

Tarta clafoutis de mango

- Pele los mangos, retire el hueso y trocee la pulpa.
- Cueza la pulpa en una cacerola con agua durante 15 minutos. Añada 150 g de azúcar y prosiga la cocción durante unos 5 minutos más.
- Casque los huevos en un cuenco. Agregue el resto del azúcar y, a continuación, la leche. Remueva todos estos ingredientes y luego añada la harina.
- Precaliente el horno a 230 °C (termostato 7-8).
- Disponga los trozos de mango en una bandeja refractaria y vierta por encima el contenido del cuenco.
- Baje la temperatura del horno a 200 °C (termostato 6-7). Introduzca la bandeja en el horno y hornee durante 20 minutos.
- Sirva la tarta clafoutis fría o templada.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: 15 min

6 yemas de huevo
120 g de azúcar en polvo
20 g de fécula de maíz
3 mangos maduros
1 c de agua de azahar
el zumo de 1 lima
2 c de leche de coco sin azúcar
80 g de coco rallado
leche

Rodajas de mango con crema de mango y coco

- Ponga las yemas de huevo con el azúcar en un bol. Bata la mezcla hasta que se vuelva espumosa. Agregue poco a poco la fécula de maíz.
- Pele los mangos y retire los huesos. Triture la pulpa de 2 de los mangos con la batidora.
- Corte la pulpa del mango restante en rodajas finas. Rocíelas con agua de azahar y zumo de lima. Tape con film transparente y deje macerar.
- Caliente la pulpa de mango mezclada con la leche de coco. Vierta en una cacerola de fondo grueso la mezcla compuesta por las yemas de huevo, el azúcar y la fécula de maíz. Añada la pulpa de mango triturada y mezcle con un batidor de varillas.
- Cueza a fuego muy lento o al baño María sin dejar de remover. Cuando la mezcla esté muy espesa, retire del fuego y añada un poco de leche para diluirla.
- Reparta las rodajas de mango en cuatro platos, vierta la crema templada y espolvoree por encima el coco rallado. Sirva de inmediato.

Emplee mangos que estén maduros, pero no demasiado. Pélelos con un cuchillo mondador y corte la pulpa en rodajas perpendiculares al hueso.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 30 min
Refrigeración: 1 h

2 limones
2 kg de mangos
50 g de azúcar en polvo
canela en polvo

Compota de mango

- Ralle la cáscara de uno de los limones. Exprima los 2 limones.
- Corte los mangos por la mitad, retire el hueso y extraiga la pulpa con una cuchara. Ponga la pulpa en una cacerola junto con el zumo de los limones, la cáscara de limón rallada, el azúcar y 2 pizcas de canela. Cubra con agua. Lleve a ebullición, espume, baje el fuego y deje cocer durante unos 30 minutos.
- Deje enfriar y luego conserve 1 hora en la nevera.

Escoja los mangos. Deben tener color escarlata, un buen aroma y deben estar tiernos. La pulpa es de color naranja, está adherida a un hueso de gran tamaño y es de sabor dulce, aunque con cierto regusto ácido. Existen numerosas variedades de mango. Algunas son fibrosas y saben a limón, a plátano o a menta.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 10 min

Papillotes de albaricoque con espliego

12 albaricoques
8 ramitas de espliego en flor
4 c de miel de espliego

- Lave los albaricoques y séquelos. Pártalos por la mitad y deshuéselos.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Lave las ramitas de espliego. Reserve cuatro para decorar el plato y separe las flores del resto.
- Corte cuatro cuadrados de 30 cm de lado con papel sulfurizado. Coloque sobre cada uno de ellos 6 mitades de albaricoque boca arriba. Rocíe con miel y espolvoree por encima las flores de espliego. Cierre los papillotes, póngalos en la bandeja del horno y hornee durante 10 minutos.
- Sirva los papillotes templados, decorados con una ramita de espliego, y deje que cada comensal abra el suyo.

PARA 4 O 6 PERSONAS

Preparación: 10 min
Cocción: 20 min

Compota de albaricoques asados

600 g de albaricoques
80 g de azúcar en polvo

- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Lave los albaricoques, córtelos por la mitad y retire el hueso.
- Coloque las mitades en una bandeja de horno. Espolvoree azúcar por encima y hornéelas durante 20 minutos.
- Ponga los albaricoques en una compotera y déjelos enfriar. Sirva esta compota de albaricoques templada o fría.

Si lo desea, puede servir esta compota con una crema inglesa o bien con un helado de vainilla y jalea de grosella. Puede acompañarla de unos mantecados o de unas tortitas de harina de trigo sarraceno.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 20 min

Postre cremoso de albaricoque

600 o 700 g de albaricoques
25 cl de leche desnatada
2 ramas de canela
2 huevos grandes
6 c de azúcar en polvo

- Lave los albaricoques y séquelos. Pártalos por la mitad para deshuesarlos y luego córtelos en láminas.
- Disponga las láminas de albaricoque en forma circular en una fuente antiadherente.
- Precaliente el horno a 160 °C (termostato 5-6).
- Vierta la leche en una cacerola y hiérvala. Añada las ramas de canela y deje reposar durante 10 minutos.
- Casque los huevos en un bol, añada el azúcar en polvo y mezcle.
- Retire la canela, vierta la leche hirviendo sobre los huevos y bata ligeramente. Cubra los albaricoques con esta mezcla.
- Hornee durante 15 minutos. Después, saque la bandeja del horno y deje reposar el dulce de albaricoque durante 5 minutos antes de servirlo.

Compre siempre la canela en rama en pequeñas cantidades, ya que enseguida pierde su aroma y su sabor.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min
Cocción: 20 min

16 orejones de albaricoques en almíbar (en conserva)

3 huevos

20 cl de nata líquida

75 g de azúcar en polvo

100 g de almendras molidas

40 g de almendras fileteadas

Albaricoques gratinados con almendras

- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Unte con mantequilla una bandeja para horno o cuatro platos para gratinar individuales. Escurra los orejones en conserva y colóquelos muy juntos en la bandeja.
- Casque los huevos en un bol pequeño y bátalos con un tenedor. Añada la nata líquida, el azúcar y las almendras molidas. Bátalo todo hasta que quede una mezcla de consistencia lisa.
- Vierta la mezcla sobre los albaricoques. Hornee durante 20 minutos. Retire del horno y espolvoree por encima las almendras fileteadas.
- Sirva templado o frío.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min
Cocción: 1 min
Refrigeración: 2 h

400 g de arándanos rojos frescos o congelados

2 hojas de gelatina

25 cl de vino tinto

4 c de azúcar en polvo

1 pizca de canela

1 pizca de nuez moscada

Áspics de arándanos rojos al vino tinto

- Si los arándanos son congelados, déjelos descongelar en la nevera. Si emplea arándanos frescos, lávelos con agua y luego escúrralos. Ponga las hojas de gelatina en remojo en un bol con agua fría.
- Vierta el vino en una cacerola, añada el azúcar y caliente a fuego lento, sin dejar de remover, hasta que se haya disuelto por completo. Lleve a ebullición, añada los arándanos, la canela y la nuez moscada, y cueza durante 1 minuto.
- Saque los arándanos, escúrralos y repártalos en cuatro moldes pequeños.
- Mantenga el contenido de la cacerola a fuego lento. Escurra la gelatina presionándola entre los dedos y sumérjala en el vino caliente. Remueva hasta que se haya disuelto por completo y, a continuación, viértalo todo sobre los moldes con las frutas. Deje enfriar a temperatura ambiente y luego consérvelo en la nevera durante 2 horas.
- Para desmoldar los áspics, sumerja los moldes unos segundos en un bol con agua muy caliente y vuélquelos sobre platos de postre.
- Sirva muy frío acompañado, por ejemplo, de un helado.

PARA 6 U 8 PERSONAS

Preparación: 45 min
Refrigeración: de 6 a 8 h

500 g de grosellas negras frescas o congeladas

5 hojas de gelatina

170 g de azúcar en polvo

50 cl de nata líquida

50 g de azúcar glas

mantequilla

Bavarois de grosellas negras

- Ponga las grosellas en un escurridor y enjuáguelas. Escúrralas y luego tritúrelas con el robot de cocina o con un pasapurés. Por último, páselas por un colador fino para eliminar las semillas. Si emplea grosellas congeladas, descongélelas previamente y luego tritúrelas.
- Ponga las hojas de gelatina en remojo en agua fría durante 15 minutos y luego escúrralas con cuidado.
- Caliente una cuarta parte de la pulpa de grosella junto con el azúcar en polvo, añada la gelatina y mézclelo todo. A continuación, vierta esta mezcla sobre el resto de la pulpa de grosella y vuelva a mezclar. Agregue entonces la nata líquida y el azúcar glas y remueva.
- Unte con mantequilla un molde para pasteles de 22 cm de diámetro y cúbralo con papel sulfurizado. Vierta el preparado y conserve entre 6 y 8 horas en la nevera.
- Para desmoldar, sumerja el molde unos instantes en agua tibia y vuelque el bavarois sobre una fuente.

Puede preparar este bavarois con otras frutas rojas, frescas o congeladas. También puede adornarlo con grosellas negras con alcohol. En ese caso, ponga una capa de nata, cúbrala con las grosellas y añada otra capa de nata hasta llenar el molde.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: de 10 a 15 min

400 g de frutos rojos al gusto (grosellas, frambuesas, etc.)

4 yemas de huevo

80 g de azúcar en polvo

20 cl de nata líquida

mantequilla

Frutos del bosque gratinados

- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Unte ligeramente con mantequilla cuatro cazuelitas o una bandeja para gratinar poco profunda. Lave las bayas y séquelas. Repártalas en las cazuelitas o colóquelas en la bandeja.
- Ponga las yemas de huevo y el azúcar en un cuenco pequeño y bata con un tenedor o con una batidora eléctrica hasta que estén espumosas. A continuación, introduzca el cuenco en una cacerola con agua casi a punto de hervir y siga batiendo mientras vierte poco a poco la nata líquida en el cuenco. Debe obtener una mezcla muy espesa. Retire el cuenco del agua caliente.
- Cubra las frutas con la nata y hornee entre 10 y 15 minutos, hasta que la superficie se dore.
- Sirva nada más sacar del horno.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: unos 10 min

Sopa de frutos del bosque

400 g de grosellas rojas frescas o congeladas

100 g de grosellas negras frescas o congeladas

200 g de moras frescas o congeladas

200 g de guindas frescas o congeladas

200 g de frambuesas frescas o congeladas

30 cl de zumo de manzana

30 cl de zumo de uvas

120 g de azúcar en polvo

2 c de fécula de maíz

1 cáscara de limón

- Si emplea frutas congeladas, déjelas descongelar a temperatura ambiente. Lave las grosellas blancas o rojas, las grosellas negras, las moras y las guindas con agua fría (es decir, todas las bayas salvo las frambuesas) y séquelas cuidadosamente con papel absorbente. Escoja las frambuesas y las moras, y retire las frutas que estén dañadas. Desgrane todas las grosellas con la ayuda de un tenedor. Deshuese las guindas.
- Ponga las grosellas negras y la mitad del resto de las grosellas en un recipiente alto, y tritúrelas con la batidora para reducirlas a puré.
- Vierta este puré en una cacerola. Añada el zumo de manzana, el zumo de uvas y el azúcar, y lleve a ebullición a fuego lento sin dejar de remover, hasta que el azúcar se haya disuelto por completo.
- Diluya la fécula de maíz en media taza de agua fría y viértala en la cacerola. Lleve nuevamente a ebullición y luego agregue poco a poco el resto de las frutas y la cáscara de limón.
- Cueza a fuego muy lento durante unos 5 minutos, procurando que las frutas no se deshagan.
- Retire la cacerola del fuego, deje enfriar un poco y luego vierta la mezcla en una copa grande o en copas individuales. Conserve en la nevera hasta la hora de servir.
- Sirva este postre muy frío acompañado de helado de vainilla o de nata montada.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Maceración: 1 h

Melones sorpresa con frutas rojas

4 melones pequeños muy maduros

200 g de fresas

200 g de frambuesas

50 g de azúcar en polvo

el zumo de 1/2 limón

- Lave los melones con agua fría y luego séquelos. Córteles la base ligeramente sin llegar hasta la pulpa para que se mantengan estables. Enjuague las fresas con agua fría, séquelas con papel absorbente y retire los rabillos. Seleccione las frambuesas.
- Corte horizontalmente la parte superior de cada melón para emplearla a modo de tapa. Retire las semillas con una cuchara. A continuación, vacíe los melones. Para ello, extraiga la pulpa con una cuchara para darle forma de bolitas, procurando no dañar la corteza. Ponga los trozos de melón en un cuenco.
- Añada en el cuenco las fresas y las frambuesas, espolvoree el azúcar por encima y mezcle cuidadosamente para no aplastar las frutas. Rocíe con el zumo de limón, tape y deje macerar en la nevera durante 1 hora. Conserve también los melones vaciados en la nevera.
- Coloque los melones vacíos en una bandeja y rellénelos con el contenido del cuenco. Por último, ciérrelos con las tapas.
- Sirva frío, no helado, como postre.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: 15 min
Refrigeración: 2 h

Melón a la menta

3 melones pequeños muy maduros

4 ramas de menta y unas hojas para decorar

4 c de azúcar en polvo

50 cl de agua

el zumo de 2 limas

- Corte los melones en cuatro trozos. Quíteles la corteza y las semillas. Corte la pulpa en dados.
- Ponga la mitad del melón en una cacerola junto con la menta, el azúcar y el agua. Lleve a ebullición y luego deje cocer a fuego lento durante 15 minutos. Deje enfriar.
- Retire la menta y triture el contenido hasta obtener una crema de consistencia suave. Añada el zumo de las limas y mezcle.
- Vierta en una copa grande o en cuatro copas individuales, añada el resto del melón y conserve 2 horas en la nevera.
- Sirva este postre decorado con unas hojas de menta.

PARA 6 TARTALETAS

Preparación: 20 min
Cocción: de 25 a 30 min
Reposo: 1 h

800 g de moras
20 g de mantequilla
40 g de azúcar en polvo
sal

PARA LA MASA DULCE

210 g de harina
85 g de azúcar glas
1 huevo entero
1/2 vaina de vainilla
125 g de mantequilla a temperatura ambiente
25 g de almendras molidas
1 cc de sal

Tartaletas de moras

- Prepare la masa dulce. Para ello, tamice por separado la harina y el azúcar con un colador cada uno sobre un bol diferente. Casque el huevo en otro bol. Abra la media vaina de vainilla por la mitad y extraiga las semillas. Corte la mantequilla en trocitos y póngalos en un cuenco. Amásela con una cuchara de madera para ablandarla. A continuación, añada de forma sucesiva el azúcar glas, las almendras molidas, la sal, las semillas de vainilla, el huevo y, por último, la harina. Remueva cada vez que agregue un nuevo ingrediente para que este quede muy ligado al resto. Forme una bola y aplástela con las manos. Envuélvala en film transparente y déjela reposar 2 horas en la nevera (4° C).
- Precaliente el horno a 200° C (termostato 6-7).
- Lave las moras, selecciónelas y córteles los rabillos.
- Saque la masa de la nevera. Extiéndala de manera que tenga un grosor de 3 mm y forre con ella seis moldes para tartaletas untados con mantequilla. Pinche la base con un tenedor y espolvoree azúcar por encima.
- Coloque las moras en las tartaletas apretándolas mucho entre sí. Espolvoree un poco de azúcar por encima. Hornee entre 25 y 30 minutos.
- Saque las tartaletas del horno y déjelas enfriar. Desmóldelas sobre una rejilla.
- Sírvalas templadas o frías.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: unos 30 min

600 g de arándanos frescos
1 c de miel milflores

PARA LA MASA

120 g de harina
40 g de azúcar de caña moreno
60 g de mantequilla
6 gotas de extracto de vainilla

Crumble de arándanos

- Prepare la masa. Para ello, mezcle la harina y el azúcar de caña moreno. Agregue la mantequilla cortada en trocitos y mézclelo todo con la yema de los dedos hasta obtener una masa de consistencia granulosa. Añada el extracto de vainilla y amase de nuevo.
- Precaliente el horno a 180° C (termostato 6).
- Caliente la miel en una cacerola pequeña durante 2 minutos, viértala en una bandeja para gratinar, añada los arándanos y mezcle. Cubra la fruta con la masa para crumble y alise la parte superior con el dorso de una cuchara.
- Introduzca la bandeja en el horno y hornee entre 25 y 30 minutos, hasta que el crumble esté muy dorado.
- Sirva el crumble en la bandeja, caliente o frío.

El crumble, una especialidad británica elaborada con manzanas («apple crumble»), también se puede preparar con otras frutas (albaricoques, cerezas, frambuesas, arándanos, peras, ruibarbo) o incluso con dos tipos de frutas. Si lo desea, puede servirlo acompañado de una bola de helado de vainilla.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Reposo: 1 h
Cocción: 35 min

2 c de pan rallado
500 g de arándanos
10 cl de nata líquida
100 g de azúcar en polvo
2 huevos
azúcar glas
mantequilla

PARA LA MASA

200 g de harina
100 g de mantequilla a temperatura ambiente
25 g de azúcar en polvo
1 huevo
sal
2 c de agua

Tarta de arándanos

- Precaliente el horno a 190° C (termostato 6-7).
- Prepare la masa. Para ello, vierta la harina en un bol. Agregue la mantequilla reblandecida cortada en trocitos y amase la mezcla. Haga un hoyo en medio y ponga en él 25 g de azúcar, 1 yema de huevo, 1 pizca de sal y 2 cucharadas soperas de agua. Mezcle estos ingredientes y amase durante 2 o 3 minutos. Haga una bola con la masa y déjela reposar durante 1 hora en un lugar fresco.
- Extienda la masa hasta que tenga un grosor de 4 mm y forre con ella un molde para tartas untado con mantequilla. Pinche el fondo con un tenedor, ponga encima un papel sulfurado de la medida del molde y unas legumbres secas y cuézalo durante 10 minutos.
- Limpie rápidamente los arándanos sin lavarlos. Retire las legumbres de la base de la tarta y espolvoréela con pan rallado para evitar que se reblandezca durante la cocción. Ponga los arándanos encima. Hornee durante 10 minutos.
- Mientras tanto, bata la nata líquida, 100 g de azúcar y 2 huevos enteros.
- Retire la tarta del horno. Vierta poco a poco la mezcla formada por la nata líquida, el azúcar y los huevos sobre la fruta. Introduzca de nuevo en el horno y hornee durante 15 minutos más a 180° C (termostato 6).
- Espolvoree la superficie de la tarta con azúcar glas nada más sacarla del horno. Espere 15 minutos antes de desmoldarla.
- Sirva la tarta cuando se haya enfriado.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min

Cocción: 1 o 2 min

4 melocotones amarillos grandes

6 yemas de huevo

80 g de azúcar en polvo

15 cl de zumo de naranja

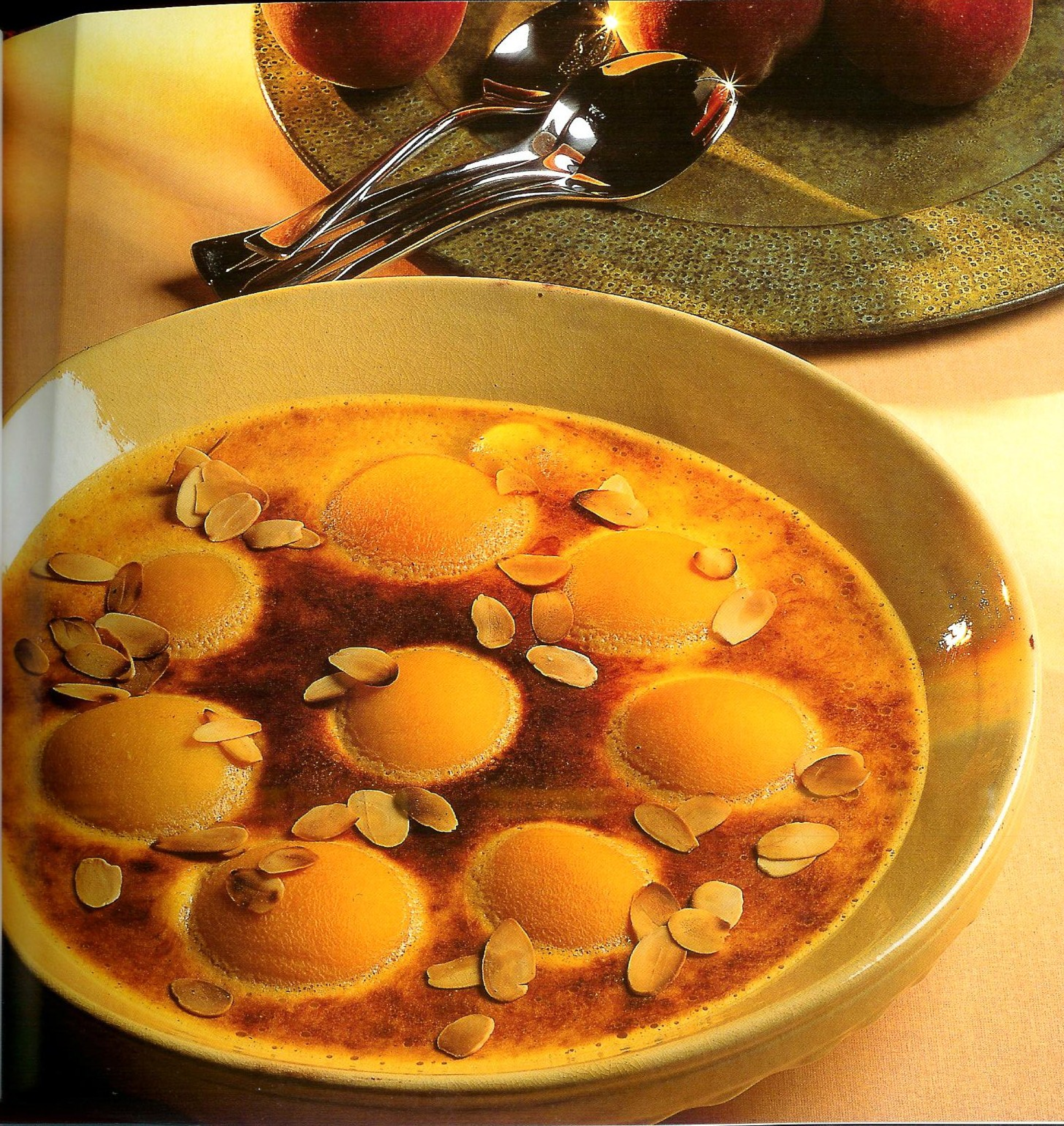
1/2 cc de canela molida

1 clavo de especia machacado

50 g de almendras fileteadas

Melocotones gratinados con especias

- Sumerja los melocotones durante 30 segundos en una cacerola con agua hirviendo. Después, sáquelos con cuidado con una espumadera y déjelos enfriar en agua fría. Escúrralos y pélelos. Córtelos por la mitad y deshuéselos.
- Ponga las yemas de huevo y el azúcar en un cuenco pequeño y bata con un batidor de varillas hasta que la mezcla quede espumosa. A continuación, ponga el cuenco en una cacerola llena de agua a punto de hervir y siga batiendo mientras va vertiendo poco a poco el zumo de naranja. La mezcla debe quedar muy espesa. Añada la canela y el clavo de especia machacado, remueva un poco más y luego retire el cuenco del agua caliente.
- Precaliente el grill del horno y ponga la rejilla a 20 cm de la resistencia. Unte con mantequilla una bandeja para gratinar o cuatro cacerolas pequeñas de porcelana refractaria. Coloque las mitades de melocotón en la bandeja sin que queden amontonadas, cúbralas de forma regular con la salsa y espolvoree por encima las almendras fileteadas. Deje 1 o 2 minutos bajo el grill para que se gratinen. Saque del horno en cuanto la superficie empiece a dorarse.



PARA 4 O 6 PERSONAS

Preparación: 25 min

Cocción: unos minutos

12 melocotones de viña

1 limón

1 o 2 ramas de hierbaluisa fresca

1 vasito de vino tinto

50 g de azúcar en polvo

100 g de jalea de grosella negra

Melocotones marinados con hierbaluisa

- Pele cuidadosamente los melocotones y consérvelos enteros en un cuenco grande. Cubra con agua al ras y añada el zumo de limón.
- Hierva 1 litro de agua en una cacerola y luego retírela del fuego. Agregue la hierbaluisa, tape el recipiente y deje reposar durante 1 hora como mínimo.
- A continuación, sumerja los melocotones en la cacerola y añada un poco del agua con limón empleada anteriormente, de manera que los melocotones queden cubiertos con agua al ras.
- Tape el recipiente, cueza a fuego medio, lleve a ebullición y deje hervir durante 1 minuto. Después, retire del fuego y deje enfriar.
- Vierta el vino tinto y el azúcar en una cacerola. Cueza a fuego lento para que el líquido se reduzca a la mitad, es decir, hasta que obtenga un caramelo de consistencia ligera.
- Retire del fuego y añada la jalea de grosella.
- Escurra los melocotones, colóquelos sobre una bandeja y cúbralos con este caramelo de vino.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min
Cocción: unos minutos

0,5 g de flores secas de espliego

4 melocotones grandes

30 g de mantequilla

30 g de azúcar en polvo

Melocotones salteados con espliego

- Pique con un cuchillo las flores secas de espliego.
- Pele los melocotones y córtelos por la mitad. Deshuéselos y corte las mitades en dos.
- Derrita la mantequilla en una sartén antiadherente. Añada los melocotones, espolvoréelos con el azúcar y saltéelos a fuego vivo.
- Añada el espliego picado en el último momento repartiéndolo sobre los trozos de melocotón. Por último, coloque los melocotones en una fuente y déjelos enfriar.
- Sírvalos fríos.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 30 min
Maceración: 1 h
Cocción: de 10 a 12 min

4 melocotones
70 g de azúcar en polvo
30 cl de vino de Burdeos
8 terrones de azúcar
1 rama de canela

Melocotones a la bordelesa

- Hierva agua en una cacerola grande. Sumerja en ella los melocotones durante 30 segundos y luego páselos bajo el chorro de agua fría. Pélelos, pártalos por la mitad y deshuéselos. Póngalos en un cuenco y espolvoréelos con azúcar. Deje macerar durante 1 hora.
- Vierta el vino en otra cacerola con los terrones de azúcar y la rama de canela. Hierva.
- Cueza a fuego lento los melocotones entre 10 y 12 minutos en este almíbar.
- Escúrralos y póngalos en copas de cristal. Reduzca el almíbar de la cocción hasta que se adhiera a la cuchara y viértalo sobre los melocotones. Deje enfriar.
- Sírvalos acompañados de unas pastitas y helado de vainilla.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 25 min
Cocción: de 15 a 20 min aprox

Compota de membrillo con naranja

1,5 kg de membrillos

el zumo de 2 limones

40 cl de zumo de naranja natural

160 g de azúcar en polvo

1 naranja sin tratar

- Frote los membrillos con un paño húmedo para quitarles la pelusilla que los recubre y luego lávelos con agua fría. Pélelos, córtelos en cuatro trozos y despepítelos. Después, corte la pulpa en cuatro trozos y vaya poniéndolos en un cuenco de agua a la que habrá añadido la mitad del zumo de limón.
- Vierta el zumo de naranja en una cacerola grande, añada el azúcar y caliente a fuego lento mientras remueve hasta que este se haya disuelto por completo. Corte la cáscara de la naranja en tiras finas. Sumérjalas en una cacerola con agua hirviendo. Añada a la cacerola los trozos de membrillo procurando que queden totalmente sumergidos, ya que tienden a subir a la superficie. Deje cocer a fuego lento entre 15 y 20 minutos. Los membrillos deben quedar tiernos, pero sin llegar a deshacerse.
- Saque con cuidado los trozos de membrillo con una espumadera. Escúrralos, póngalos en una compotera y rocíelos con el resto del zumo de limón. Deje que se reduzca un poco el jugo de cocción a fuego vivo para darle una consistencia almibarada y luego viértalo sobre la fruta. Conserve en la nevera hasta el momento de servir.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 5 min aprox

12 higos negros al punto de maduración

2 c de agua de azahar

4 yemas de huevo

100 g de azúcar en polvo

15 cl de vino blanco dulce

sabayón de higos

- Lave los higos con agua fría y séquelos con cuidado. Córtelos en cuatro trozos y colóquelos en un cuenco o en seis copas individuales. Rocíelos con el agua de azahar.
- Bata las yemas de huevo junto con el azúcar hasta que queden espumosas. A continuación, vierta la mezcla en una cacerola pequeña. Ponga esta última dentro de un recipiente más grande lleno de agua caliente para calentar al baño María, cueza a fuego muy lento y luego vierta poco a poco el vino blanco sin dejar de batir durante unos 5 minutos aproximadamente. La mezcla debe espesarse, pero no debe perder su consistencia untuosa y espumosa.
- Cuando el sabayón esté listo, viértalo sobre los trozos de higo y sirva de inmediato.

Este postre también se puede degustar helado. Cuando haya vertido el sabayón sobre los higos, deje enfriar y luego conserve en la nevera hasta la hora de servir.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: de 10 a 12 min

Higos asados con vino dulce y naranja

20 cl de vino dulce (moscatel)

12 higos medianos

60 g de mantequilla a punto de pomada

1 naranja sin tratar

2 c de miel

30 g de almendras peladas

30 g de piñones

1 pizca de cardamomo molido

2 c de agua de manantial

- En una cacerola, reduzca el vino dulce a la mitad. Lave los higos y séquelos. Córteles los rabillos y haga una incisión en forma de cruz en la parte superior. Ábralos con cuidado de manera que los trozos permanezcan unidos a la base. Colóquelos en una bandeja para horno untada con 20 g de mantequilla.
- Lave la naranja, séquela y luego retire la cáscara en tiras con la ayuda de un cuchillo mondador. Ponga las tiras de naranja unas encima de otras y córtelas en tiras más finas. Póngalas en una cacerola con agua fría, lleve a ebullición y deje hervir a fuego lento durante 5 minutos. Escúrralas y enjuáguelas con agua fría.
- Precaliente el horno a 210 °C (termostato 7).
- Pique las almendras. Mezcle 40 g de mantequilla, la miel, las almendras picadas, los piñones y el cardamomo. Reparta el preparado en el interior de los higos. Vierta el vino reducido, el agua de manantial y las cáscaras de naranja en el fondo de la bandeja.
- Hornee entre 10 y 12 minutos rociando los higos de vez en cuando con el jugo.
- Sirva templado con una bola de helado de almendras o de turrón.

Escoja una miel de buena calidad: miel de cítricos o de acacia, ligeramente perfumada, o de castaño, de sabor más pronunciado.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 25 min
Cocción: 30 min

Postre cremoso de mijo y peras

2 peras williams pequeñas

el zumo de 1/2 limón

120 g de sémola de mijo (o mijo pelado)

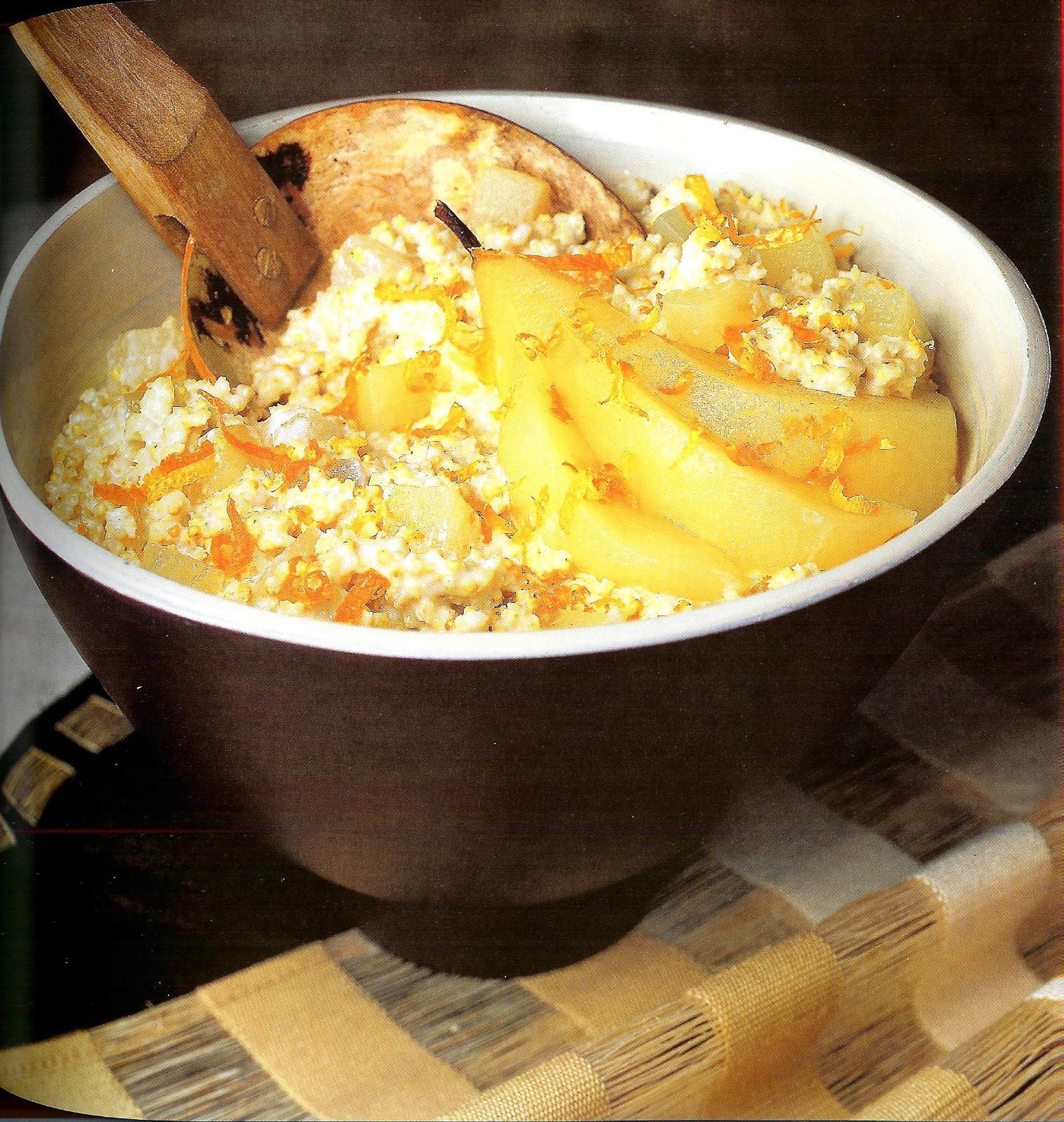
20 cl de agua

60 g de azúcar en polvo

1 cc de ralladura de limón sin tratar

1 l de leche semidesnatada

- Pele las peras con un cuchillo mondador y córtelas por la mitad. Retíreles el corazón y las pepitas, corte la pulpa en láminas de 1 cm de grosor y vaya untándolas con limón para evitar que se ennegrezcan. Si emplea mijo pelado, lávelo rápidamente con agua fría y escúrralo.
- Vierta el agua en una cacerola con 10 g de azúcar y la ralladura de limón, mezcle y lleve a ebullición. A continuación, baje el fuego, añada las láminas de pera, tape el recipiente y deje cocer a fuego lento durante 10 minutos. Retire las láminas de pera con una espumadera y escúrralas. Reserve 2 o 3 láminas y corte el resto en dados.
- Hierva la leche en una cacerola. Vierta el mijo en la leche hirviendo, deje hervir de nuevo y luego baje el fuego y deje cocer durante 20 minutos, removiendo regularmente.
- Retire la cacerola del fuego, añada el resto del azúcar y mezcle. Agregue los dados de pera removiendo con cuidado para que se repartan entre la mezcla de leche y mijo.
- Vierta la crema en una copa grande y decore la parte superior con las láminas de pera reservadas. Conserve en la nevera.
- Sirva muy frío.



PARA 4 O 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: de 5 a 10 min

2 limones
1 kg de peras williams
1 l de agua
500 g de azúcar en polvo
1 vaina de vainilla

Peras williams con almíbar de vainilla

- Exprima los limones y vierta el zumo en un cuenco. Pele las peras y póngalas en el cuenco. El zumo de limón impedirá que se ennegrezcan.
- Ponga en una cacerola el agua, el azúcar, la vaina de vainilla partida y raspada, las peras y el zumo de limón. Lleve a ebullición. Deje hervir a fuego lento de 5 a 10 minutos. Antes de retirar el recipiente del fuego, compruebe el grado de cocción de las peras pinchándolas con un cuchillo. Este debe penetrar sin ningún tipo de resistencia.
- Vierta todo en un cuenco. Cubra con un plato pequeño para que las peras se almibaren y conserve el preparado en la nevera.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: de 35 a 40 min

Tarta de pera

350 g de pasta brisa

6 medias peras en almíbar (en conserva)

azúcar glas

PARA LA CREMA FRANGIPANE

60 g de mantequilla

1 huevo pequeño

60 g de azúcar en polvo

80 g de almendras molidas

- Prepare la pasta brisa (véase receta p. 61) o descongélela si la emplea congelada. Trocee la mantequilla, póngala en un cuenco y deje que se reblandezca a temperatura ambiente. Debe estar blanda para preparar la crema frangipane. Saque las peras del almíbar y escúrralas.
- Precaliente el horno a 200 °C (termostato 6-7) y unte con mantequilla un molde para tartas o fórrelo con papel sulfurizado. Enharine la superficie de trabajo. Extienda la pasta con un rodillo de cocina dándole la forma de un círculo un poco más grande que el molde. Forre el molde con la pasta y presione suavemente la base y los laterales con la yema de los dedos para que se adhiera al recipiente. A continuación, corte la pasta que sobresalga pasando el rodillo por el borde del molde. Pinche la parte inferior de la tarta con un tenedor y deje reposar en la nevera.
- Prepare la crema frangipane. Para ello, ponga la mantequilla en un cuenco y casque en él los huevos. Añada el azúcar y bata hasta obtener una crema de consistencia fina. Agregue las almendras molidas y mézclelo todo.
- Extienda las dos terceras partes de la crema frangipane sobre el molde y luego coloque las peras boca abajo en forma de corona. Cubra con el resto de la crema. Hornee entre 35 y 40 minutos.
- Cuando los bordes de la tarta empiecen a dorarse, sáquela del horno y precaliente el grill. Espolvoree la superficie con azúcar glas y coloque la tarta 1 minuto bajo el grill para que se tueste ligeramente. Deje enfriar un poco y desmolde.
- Sirva la tarta fría.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min
Reposo: 1 h
Cocción: de 25 a 30 min

4 manzanas golden grandes

50 g de azúcar en polvo

mantequilla

PARA LA PASTA BRISA (UNOS 400 G)

125 g de mantequilla

250 g de harina

1/2 cc de sal fina

2 c de azúcar en polvo (opcional)

4 o 5 c de agua (o de leche) muy fría

Tarta de manzana

- Prepare la pasta brisa. Para ello, corte la mantequilla en pedacitos muy pequeños y deje que adquieran una textura de pomada. Vierta la harina en un cuenco, haga un hoyo en medio y ponga en él el azúcar, la sal y los trozos de mantequilla. Amase rápidamente los ingredientes con la yema de los dedos. Vaya añadiendo poco a poco la cantidad necesaria de agua (o de leche) para ligar los ingredientes y trabaje rápidamente la masa. La pasta debe quedar elástica, pero no demasiado blanda, y no debe pegarse. Haga una bola con ella. Envuélvala en un paño o en film transparente y déjela reposar en la nevera durante 1 hora como mínimo.
- Mientras tanto, pele las manzanas, córtelas en cuatro trozos y retire las pepitas. Ponga los trozos de manzana en un cuenco. Espolvoree azúcar por encima y mézclelo todo.
- Precaliente el horno a 220 °C (termostato 7-8).
- Enharine ligeramente la superficie de trabajo, ponga encima la bola de masa y aplástela con la palma de la mano pero sin amasarla. A continuación, extiéndala con el rodillo de cocina recubierto con un poco de harina. Forre con la pasta un molde de 25 cm de diámetro untado con mantequilla.
- Coloque los trozos de manzana en el molde y hornee entre 25 y 30 minutos.
- Sirva la tarta templada o fría.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Maceración: 1 h
Cocción: 10 min

4 higos secos
30 g de pistachos
50 g de pasas
7 cl de ron
1 limón
3 manzanas
40 g de pan rallado
mantequilla
1/2 cc de canela en polvo
40 g de almendras molidas

Manzanas gratinadas con frutos secos

- Pique los higos y los pistachos. Póngalos en un cuenco junto con las pasas, vierta encima el ron y déjelo macerar todo durante 1 hora.
- Exprima el limón y vierta el zumo en otro cuenco. Pele las manzanas, rállelas en ese cuenco y mézclelas con el zumo de limón para evitar que se ennegrezcan.
- Precaliente el horno a 200 °C (termostato 6-7).
- Mezcle el contenido de ambos cuencos, añada el pan rallado y remueva.
- Unte cuatro cazuelitas de porcelana con mantequilla, reparta las frutas, y espolvoréelas con la canela y las almendras molidas. Póngalas 10 minutos a gratinar en el horno.
- Sirva el gratén templado o frío.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: unos 20 min

Suflé de manzanas

6 huevos
2 manzanas
el zumo de 1/2 limón
15 g de mantequilla
150 g de azúcar en polvo
sal

- Casque los huevos. Separe las claras de las yemas y póngalas en dos cuencos diferentes. Pele las manzanas, córtelas en cuatro trozos y retire el corazón y las pepitas. Rocíelas de inmediato con el zumo de limón para evitar que se ennegrezcan.
- Derrita 10 g de mantequilla en una sartén grande antiadherente. Rehogue los trozos de manzana, 1 o 2 minutos por cada lado, y espolvoréelos con 2 cucharadas soperas de azúcar. Reserve la manzana.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6) y unte con mantequilla una bandeja para gratinar de forma ovalada.
- Bata enérgicamente las yemas de huevo con el resto del azúcar hasta que la mezcla quede espumosa y aumente ligeramente de volumen. En el otro cuenco, bata las claras de huevo a punto de nieve con una pizca de sal. A continuación, mezcle las claras con las yemas batidas.
- Vierta el preparado en la bandeja para gratinar y hornee durante 5 minutos.
- Retire enseguida la bandeja del horno y reparta los trozos de manzana sobre la superficie. Hornee de nuevo durante unos 15 minutos, hasta que la superficie esté muy dorada.
- Sirva nada más sacar del horno, en la misma bandeja para gratinar, acompañado de un coulis de frutas rojas muy frío.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 20 min

Cocción: de 20 a 30 min

Manzanas al horno al estilo de la abuela

mantequilla

6 manzanas para cocer (por ejemplo, reinetas)

6 cc de pasas

6 cc de mermelada de naranja (o de limón)

3 c de nata líquida

60 g de azúcar en polvo

- Precaliente el horno a 200 °C (termostato 6-7) y unte con mantequilla una bandeja para gratinar. Corte ligeramente la base de las manzanas para que se mantengan en pie en la bandeja. Corte la parte superior de las manzanas, a modo de tapa. Haga un agujero en el centro y retire las pepitas del interior.
- Mezcle las pasas, la mermelada, la nata líquida y el azúcar en un bol.
- Coloque las manzanas en la bandeja untada con mantequilla. Rellene el interior de las manzanas con la mezcla de pasas, cierre las manzanas con sus propias tapas y vierta 2 cucharadas soperas de agua en el fondo de la bandeja. Hornee de 20 a 30 minutos, según sea la consistencia de las manzanas, procurando que no se deshagan.
- Sirva nada más sacar del horno, en la misma bandeja, con un bol de nata líquida.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 30 min
Cocción: 45 min aprox

Crumble de manzanas

2 c de pasas (de Corinto o de Esmirna)

2 c de ron

1,5 kg de manzanas (reinetas)

mantequilla

1/2 cc de canela en polvo

PARA LA MASA

90 g de mantequilla

125 g de harina

80 g de azúcar en polvo

1 pizca de sal

- Mezcle las pasas y el ron en un bol y deje macerar 30 minutos como mínimo.
- Prepare la masa. Para ello, corte la mantequilla en trocitos en un cuenco y deje que se reblandezca a temperatura ambiente. Añada la harina, el azúcar y la sal. Después mézclelo todo con las yemas de los dedos hasta obtener una masa de consistencia granulosa.
- Precaliente el horno a 150 °C (termostato 5) y unte con mantequilla una bandeja para gratinar. Pele las manzanas, córtelas en cuatro trozos, retire el corazón y las pepitas. Corte los trozos en láminas gruesas y luego colóquelas en la bandeja untada con mantequilla.
- Reparta las pasas escurridas, espolvoree la canela por encima y cubra las frutas con la masa.
- Hornee durante unos 45 minutos observando de vez en cuando el grado de coloración de la superficie.
- Sirva muy caliente en la misma bandeja, acompañado de un bol de nata líquida.

Si lo desea, puede sustituir el azúcar en polvo por azúcar de caña moreno, que acentuará más el sabor.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 40 min

Cocción: 30 min

Reposo: 1 h

Tarta Tatin

500 g de manzanas de pulpa dura

95 g de mantequilla

150 g de azúcar en polvo

150 g de nata líquida

PARA LA MASA

250 g de harina

2 c de azúcar en polvo

1 buena pizca de sal fina

100 g de mantequilla

- Prepare la masa. Para ello, ponga en un cuenco 200 g de harina. Añada el azúcar y la sal, y luego la mantequilla cortada en pedacitos. Mézclelo todo con la harina y amase con la yema de los dedos. A continuación, vierta 20 cl de agua y remueva enérgicamente con una cuchara de madera. La masa no debe quedar pegajosa. Haga una bola con ella y enharínela. Déjela reposar en un lugar fresco durante 1 hora aproximadamente.
- Mientras tanto, pele las manzanas. Córtelas en láminas gruesas. Retire el corazón y las pepitas. Trocee 75 g de mantequilla.
- Unte con mantequilla un molde para tartas de 22 cm de diámetro. Espolvoree el fondo del molde con 75 g de azúcar. Coloque las láminas de manzana y espolvoree el resto del azúcar. Por último, reparta las nueces de mantequilla por encima.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Enharine la superficie de trabajo. Trabaje la masa con la palma de la mano. Después enharine un rodillo y extienda la masa hasta obtener un grosor de 4 mm. Corte un círculo de masa con un diámetro 4 mm mayor que el del molde. Cubra la parte superior de las manzanas con el círculo de masa y dóblelo alrededor de manera que las frutas queden muy recubiertas.
- Caramelice la tarta poniendo el molde directamente en el fuego. Caliente a fuego vivo durante unos 3 minutos. Luego hornee durante 30 minutos.
- Saque la tarta del horno y dele la vuelta sobre una fuente. Las manzanas caramelizadas deben quedar en la parte superior.
- Sirva la tarta cuando aún esté tibia. Vierta la nata líquida por encima o sírvala aparte.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 1 h aprox

200 g de mantequilla
800 g de ciruelas
200 g de azúcar en polvo
4 huevos
250 g de harina
1 cc de levadura en polvo
2 c de azúcar glas

Bizcocho de ciruelas

- Corte la mantequilla en pedacitos, póngala en un cuenco y deje que se reblandezca a temperatura ambiente.
- Lave las ciruelas con agua fría y séquelas con cuidado. Córtelas por la mitad y deshuéselas. Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6) y unte con mantequilla un molde para pasteles de 24 cm de diámetro.
- Vierta el azúcar en el cuenco de la mantequilla y trabaje con una espátula de madera hasta que la mezcla adquiera una consistencia homogénea. Añada los huevos de uno en uno, mezclando cada vez. A continuación, añada poco a poco la harina espolvoreándola por encima de la mezcla y sin dejar de remover. Por último, agregue la levadura en polvo.
- Vierta la masa en el molde, alise la superficie y coloque las ciruelas encima. Durante la cocción se hundirán en ella. Hornee durante 1 hora aproximadamente.
- Cuando la superficie esté muy dorada, compruebe el grado de cocción pinchando la masa con la punta de un cuchillo. Al retirarla, debe salir limpia. Saque el bizcocho del horno y deje enfriar antes de desmoldarlo. Espolvoree por encima el azúcar glas.
- Sirva el bizcocho templado o frío.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 1 h aprox

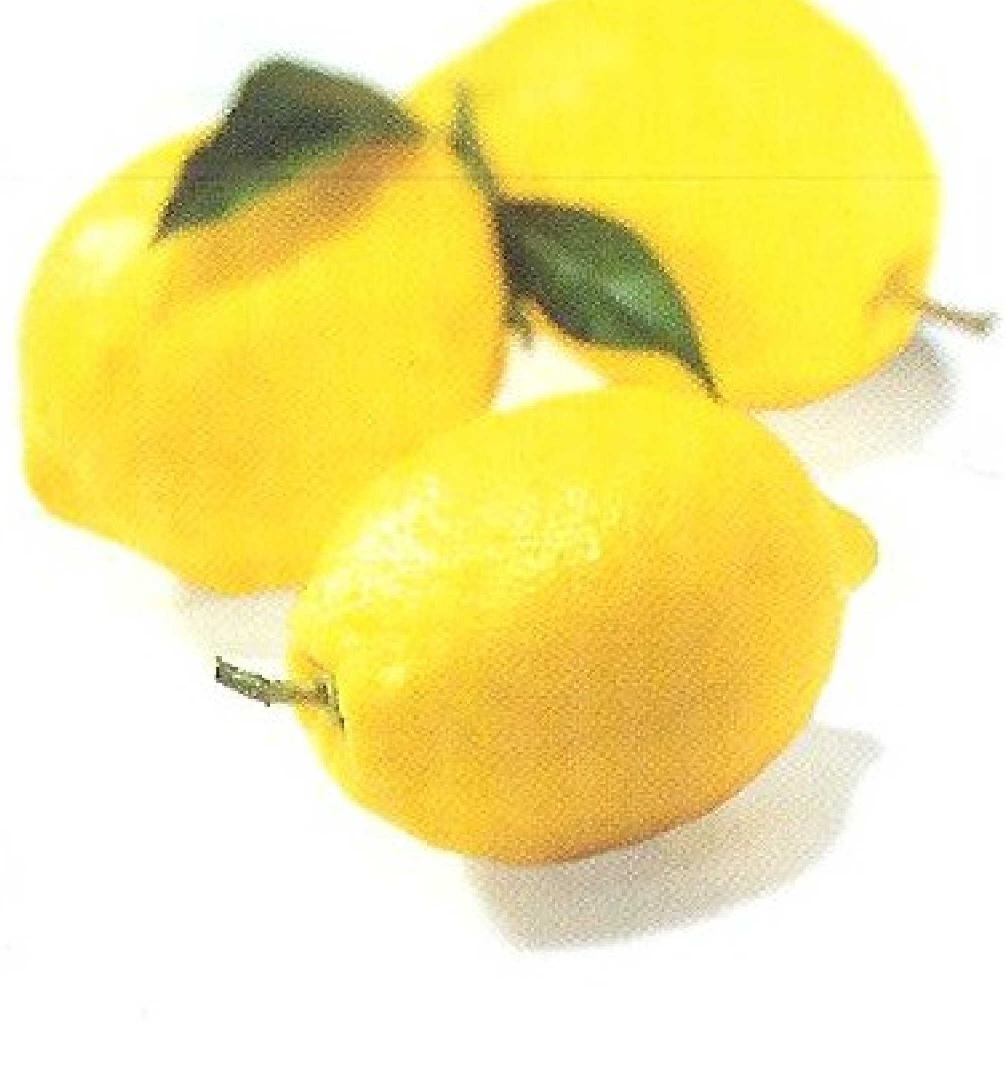
600 g de ciruelas maduras pero firmes

1/2 limón sin tratar

50 g de cáscara de limón confitada

15 g de jengibre fresco

75 g de azúcar en polvo



Compota de ciruelas con jengibre

- Lave las ciruelas con agua, séquelas, córtelas por la mitad y deshuéselas. Ponga las ciruelas en una olla y cuézalas a fuego medio, removiendo con frecuencia, durante unos 30 minutos, hasta que estén blandas.
- Lave el limón con agua fría y cepíllelo. Séquelo y retírele la corteza con un cuchillo mondador. Pique muy fino el limón, así como la cáscara de limón confitada. Pele el jengibre y píquelo.
- Añada a la olla el azúcar, la cáscara de limón, la cáscara confitada y el jengibre. Prosiga la cocción a fuego lento durante otros 30 minutos, hasta que la compota se reduzca. Remueva con frecuencia, ya que se pega con facilidad.
- Retire la olla del fuego, vierta en una compotera y deje enfriar. Consérvelo en la nevera.

Para obtener una compota más ligera, se pueden triturar las ciruelas con un pasapurés (rallador fino) después de cocerlas por primera vez y antes de añadir las especias.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: de 20 a 25 min

2 vainas de vainilla
500 g de uva blanca
400 g de manzanas
2 c de agua
10 cl de vino blanco
1 cc de miel espesa
4 hojas de pasta brik

Cestillos de uvas

- Corte las vainas de vainilla por la mitad en sentido longitudinal. Lave las uvas y desgránelas. Pele las manzanas, retire el corazón y las pepitas, y luego corte la pulpa en dados. Ponga los dados de manzana en una cacerola junto con el agua y la vainilla, tape el recipiente y cueza a fuego medio durante 10 minutos.
- Precaliente el horno a 200 °C (termostato 6-7).
- Ponga el vino blanco, la miel y las uvas en una cacerola. Tape el recipiente y cueza a fuego vivo durante 3 o 4 minutos. A continuación, escurra las uvas con un colador y conserve el jugo en una cacerola. Lleve este zumo a ebullición y redúzcalo hasta obtener una cantidad semejante a 2 cucharadas soperas.
- Retire las vainas de la cacerola de compota de manzana y ralle el interior sobre la compota. Añada el zumo de uva reducido y cueza de nuevo a fuego vivo durante otros 2 o 3 minutos sin dejar de remover.
- Reparta la compota en el centro de las hojas de pasta brik, coloque las uvas encima y luego ate los bordes para formar un cestillo. Póngalos en una bandeja y hornee durante 3 o 4 minutos.
- Sirva de inmediato.

PARA 6 U 8 PERSONAS

Preparación: 35 min
Reposo: 1 h
Cocción: 40 min

500 g de uvas blancas
3 huevos
100 g de azúcar en polvo
25 cl de nata líquida
25 cl de leche
10 cl de kirsch

PARA LA MASA *SABLÉE* (500 G APROX.)

1 huevo entero
125 g de azúcar en polvo
250 g de harina
125 g de mantequilla
sal
aroma a elegir (ralladura de limón, vainilla, ron)

Tarta de uvas

- Prepare la masa *sablée*. Para ello, casque los huevos enteros en un cuenco y bátalos. Añada una buena pizca de sal y el azúcar. Trabaje la mezcla con una espátula hasta que quede espumosa y de un color amarillo pálido. Tamice la harina y agréguela de una sola vez al cuenco junto con el aroma elegido para la masa. Mezcle con la espátula. Vaya tomando puñados de masa con la mano y aplastándolos con los dedos. No debe tomar cuerpo, sino desmenuzarse. Extienda la masa sobre la superficie de trabajo enharinada y agregue la mantequilla mientras amasa ligeramente. La masa no debe pegarse a los dedos, sino que debe formar una bola. Déjela reposar 1 hora en la nevera.
- Lave las uvas y desgránelas.
- Precaliente el horno a 200 °C (termostato 6-7).
- Extienda la masa hasta obtener un grosor de 3 mm y forre con ella un molde para tartas de 24 cm de diámetro untado con mantequilla. Pinche la base con un tenedor. Coloque las uvas encima muy juntas entre sí. Hornee durante 10 minutos.
- Prepare la crema. Mezcle los huevos y el azúcar en un cuenco. Después, cuando la mezcla esté espumosa, añada la nata líquida. Bata con un batidor de varillas y añada poco a poco la leche y luego el kirsch.
- Saque la tarta del horno, vierta la crema por encima y luego prosiga la cocción otros 30 minutos. Deje enfriar y desmolde.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 1 h

Flan de piña

75 cl de leche

3 huevos enteros + 10 yemas de huevo

400 g de azúcar en polvo

25 cl de zumo de piña

2 rodajas de piña

- Vierta la leche en una cacerola. Lleve a ebullición, retire del fuego y deje enfriar. Casque los huevos enteros en un cuenco y añada las yemas. Bátalo todo con un batidor de varillas. Añada 300 g de azúcar mientras sigue batiendo hasta que la mezcla quede espumosa. Vierta poco a poco la leche y luego el zumo de piña sin dejar de remover, hasta obtener una crema de consistencia untuosa y homogénea.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Prepare el caramelizado. Vierta el resto del azúcar y 6 cucharadas soperas de agua en una cacerola. Lleve a ebullición y deje cocer hasta obtener un punto de caramelo de color marrón claro. Viértalo en el molde para pasteles y gire el molde para que se impregnen también los laterales.
- Vierta la crema en el molde y póngalo dentro de otro molde más grande lleno de agua hasta la mitad para cocer al baño María. Hornee durante 1 hora. Compruebe el grado de cocción con la punta de un cuchillo. Al sacarla, debe salir limpia.
- Saque el flan del horno y déjelo enfriar. Desmóldelo sobre una fuente. Si es necesario, emplee un cuchillo ligeramente mojado y páselo por los laterales del molde. Corte cada rodaja de piña en cuatro trozos y repártalos sobre el flan para decorarlo.

Este postre se sirve muy frío. Para decorarlo, puede añadir cerezas confitadas, tallos de angélica u hojas de menta fresca.

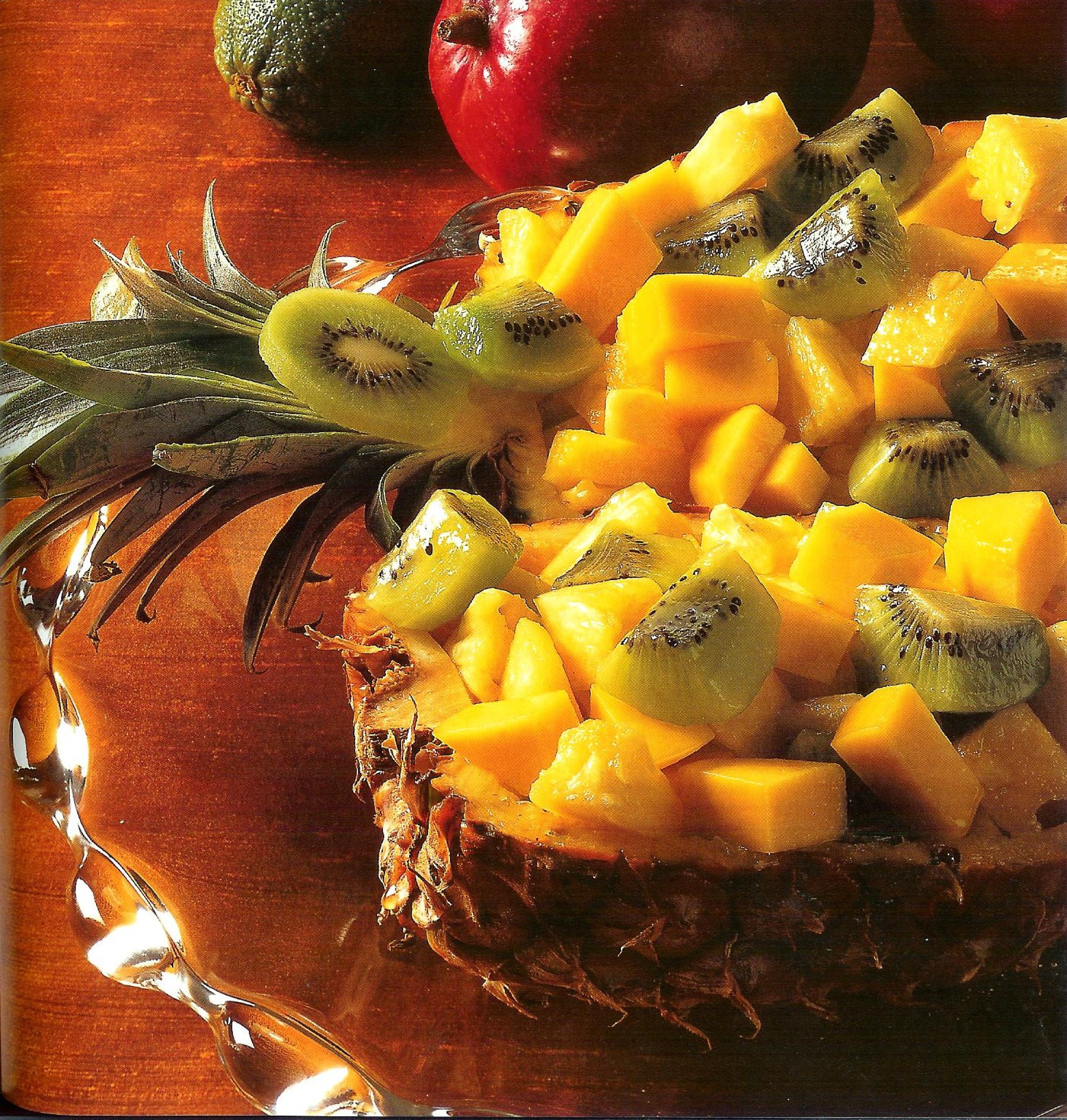
PARA 8 PERSONAS

Preparación: 30 min
Refrigeración: 1 h

Piña sorpresa a la criolla

1 piña grande muy madura
el zumo de 1 limón verde
2 mangos
4 kiwis
3 c de azúcar avainillado
2 c de ron (opcional)

- Escoja una piña de forma regular. Córtela por la mitad en sentido longitudinal dejándole las hojas, de manera que cada mitad de la piña las conserve.
- Vacíe la piña. Para ello, emplee un cuchillo. Vacíe cada mitad de la piña de manera que sobre la corteza quede una pulpa de, aproximadamente, 1 cm de grosor. Retire la parte dura, corte la pulpa obtenida en dados regulares y conserve el zumo que desprenda. Ponga el zumo y los dados de pulpa en un cuenco.
- Exprima el limón. Pele los mangos y los kiwis. Corte la pulpa de estas frutas en dados. Ponga los dados en el cuenco junto con la piña. Añada el azúcar avainillado, el zumo de limón y, si así lo desea, el ron. Mezcle con cuidado.
- Rellene cada mitad de piña con la macedonia de frutas. Tape con papel de aluminio y deje macerar en la nevera durante 1 hora como mínimo.
- Sirva muy fría junto con un bol de leche de coco helada.



PARA 8 PERSONAS

Preparación: 30 min
Cocción: 30 min

100 g de mantequilla

50 g de azúcar de caña moreno

4 rodajas de piña en almíbar

unas cuantas cerezas en almíbar

75 g de azúcar en polvo

1 huevo

125 g de harina tamizada

5 cl de leche

extracto de vainilla

Volteado de piña

- Amase 50 g de mantequilla con el azúcar de caña moreno. Extienda la mezcla obtenida por los laterales interiores y el fondo de un molde redondo.
- Coloque las rodajas de piña sobre esta crema en el fondo del molde y decore con las cerezas.
- Amase el resto de la mantequilla con el azúcar en polvo en un cuenco. Añada el huevo y bátalo todo. Agregue la harina y la leche, y aromatice con unas gotas de extracto de vainilla.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Vierta la masa de manera regular sobre las frutas del molde. Hornee durante unos 30 minutos.
- Deje que el postre se enfríe en el molde. Desmolde antes de servirlo. Las frutas deben quedar en la parte superior.

Para desmoldar este postre con mayor facilidad, deslice la hoja de un cuchillo entre el pastel y el molde.

Si lo desea, puede acompañar este pastel de una crema inglesa o de un helado de vainilla.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min

Cocción: 5 min aprox

Puré de plátano con especias

4 plátanos

30 g de mantequilla suave

50 g de mantequilla semisalada

1/4 de cc de comino en polvo

1/4 de cc de pimienta en polvo

1 pizca de nuez moscada rallada

100 g de azúcar glas

- Pele los plátanos procurando que no quede ningún hilillo. Córtelos por la mitad en sentido longitudinal. Derrita la mantequilla suave a fuego lento en una sartén. Coloque los plátanos boca abajo en la sartén y deje que se doren durante 5 minutos, dándoles la vuelta una o dos veces.
- Mientras tanto, derrita la mantequilla semisalada en un bol (al baño María o en el microondas).
- Retire con cuidado los plátanos de la sartén y póngalos troceados en un recipiente alto. Añada el jugo de la cocción, la mantequilla semisalada derretida, el comino, la pimienta y la nuez moscada. Mézclelo todo hasta que la mezcla quede espumosa. A continuación, añada el azúcar glas, remueva y vierta el puré en un cuenco pequeño.

Este postre se puede servir templado o frío, acompañado, por ejemplo, de jamón de York pasado por la sartén.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 15 min
Cocción: 5 min aprox

Plátanos salteados con leche de coco

1/2 limón verde
2 c de azúcar en polvo
4 plátanos
30 g de mantequilla
1 c de miel líquida
6 c de leche de coco
1/4 de cc de jengibre en polvo
1 cc de canela en polvo
2 c de coco rallado (opcional)

- Corte la cáscara del limón en tiras finas. Exprima el limón y conserve el zumo. Sumerja la cáscara de limón durante 5 minutos en una cacerola pequeña con agua hirviendo y luego escúrrala. A continuación, vierta 10 cl de agua y el azúcar en la cacerola. Hierva a fuego lento sin dejar de remover, hasta que el azúcar se haya disuelto por completo. Después, añada la corteza de limón y deje cocer a fuego lento durante otros 5 minutos. Escurra de nuevo y reserve.
- Pele los plátanos procurando quitar todos los hililllos blancos. Córtelos por la mitad en sentido longitudinal. Derrita la mantequilla en la sartén a fuego medio. Ponga las mitades de plátano boca abajo y dórelas durante 5 minutos, dándoles la vuelta una o dos veces. Mientras tanto, caliente una fuente.
- Saque los plátanos con cuidado y póngalos en la fuente.
- Mantenga la sartén al fuego, añada primero la miel y luego la leche de coco, el zumo de limón y las especias. Mézclelo todo y cueza esta salsa a fuego vivo durante unos instantes para que se concentre y se espese un poco.
- Recubra los plátanos con la salsa y espolvoree el coco rallado por encima. Decore la fuente con las tiras de corteza de limón. Sirva de inmediato.

Si lo desea, puede acompañar cada ración de este postre con una bola de sorbete de coco.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 30 min
Cocción: 10 min aprox
Refrigeración: 4 h

4 limones
6 huevos
100 g de azúcar en polvo
50 cl de nata líquida
100 g de azúcar glas
1 pizca de sal

Mousse de limón

- Lave los limones con agua fría, cepíllelos y séquelos. Rállelos bien con un rallador fino y conserve la ralladura. Corte los limones por la mitad, exprímalos y vierta el zumo en una cacerola. Separe las claras de las yemas de los huevos, y póngalas en dos cuencos diferentes.
- Ponga el azúcar y la ralladura de limón en una cacerola. Caliente a fuego lento y lleve a ebullición. Cuando rompa a hervir, retire la cacerola del fuego y vierta su contenido sobre las yemas de huevo. Bata la mezcla enérgicamente. Ponga de nuevo la mezcla en la cacerola y caliente a fuego muy lento sin dejar de remover, hasta que la crema se espese. Apague el fuego y deje enfriar.
- Monte la nata hasta que se adhiera a las varillas del batidor. Añada el azúcar glas, mezcle y agréguelo poco a poco a la crema de limón.
- Bata las claras a punto de nieve con la pizca de sal. Añádalas poco a poco al preparado anterior levantando la masa para que no se quiebre la mousse.
- Vierta en una copa grande o en seis copas individuales y conserve aproximadamente 4 horas en la nevera.
- Sirva la mousse muy fría.

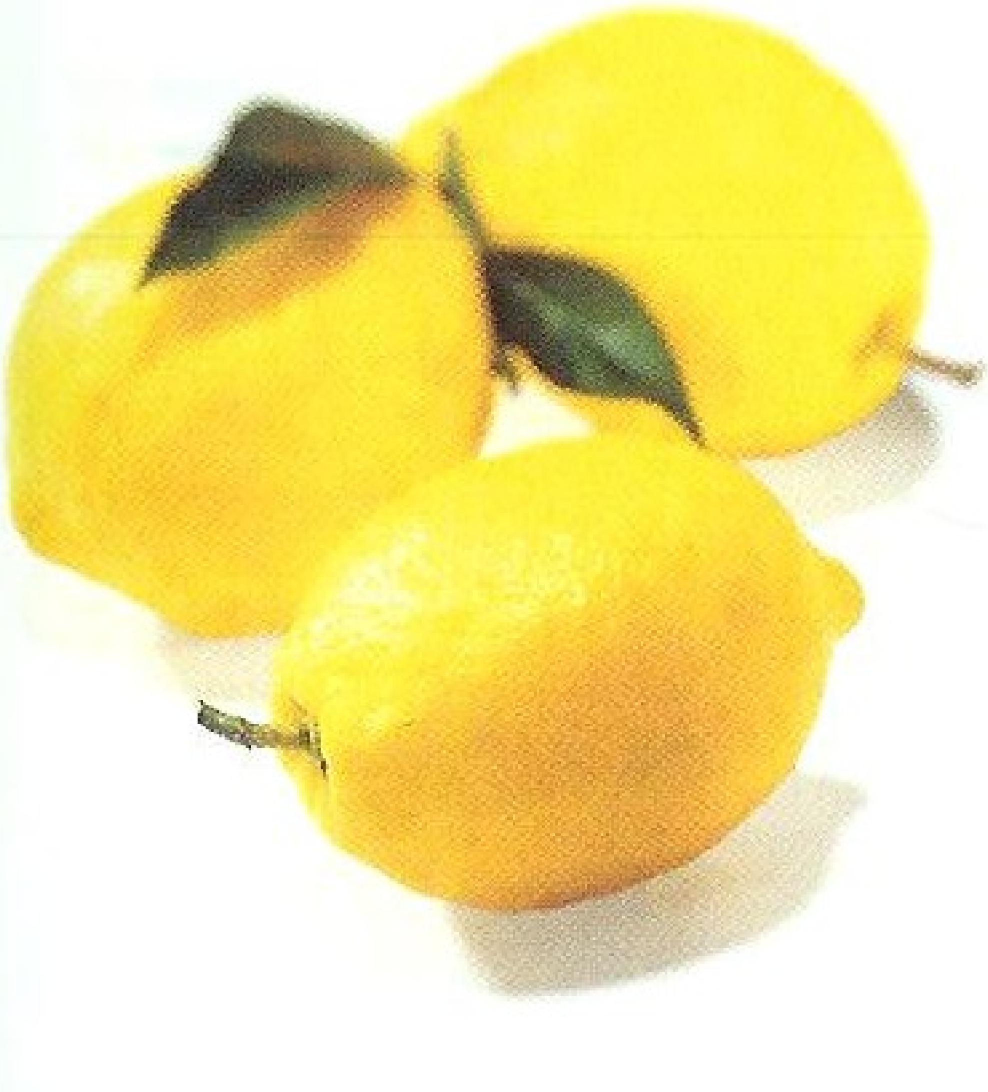
PARA 6 PERSONAS

Preparación: 40 min
Cocción: 40 min

suflé de limón

6 limones sin tratar
30 cl de leche
40 g de harina
100 g de mantequilla
100 g de azúcar en polvo
6 claras de huevo
5 yemas de huevo

- Retire la cáscara de 4 limones y píquela muy fina. Debe obtener el equivalente a 2 cucharadas soperas.
- Exprima los otros 2 limones.
- Ponga la leche a calentar. Tamice la harina.
- Deje que la mantequilla adquiera una textura a punto de pomada y trabájela en otra cacerola. Añada 60 g de azúcar, la harina tamizada y la leche hirviendo y remueva enérgicamente. Hierva la mezcla 1 minuto más sin dejar de remover y deje secar la mezcla como si se tratara de una masa para pasta choux.
- Precaliente el horno a 200 °C (termostato 6-7).
- Bata las claras a punto de nieve firme y vaya añadiéndoles poco a poco 40 g de azúcar.
- Una vez retirada del fuego, añada a la masa el zumo de los limones, las 5 yemas de huevo, las claras batidas a punto de nieve y la cáscara de limón picada. Mezcle bien cada vez que añada un nuevo ingrediente.
- Unte con mantequilla y espolvoree con azúcar seis moldes para suflé y cuézalos durante 40 minutos al baño María en el horno.



PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: 15 min

Picadillo de dátiles con manzanas

2 manzanas golden grandes
15 dátiles secos
1 cc de miel de acacia
1 vaina de vainilla
el zumo de 2 naranjas
5 semillas de cardamomo
1 cc de agua de azahar

- Pele las manzanas y córtelas en cuatro trozos y luego en dados. Deshuese los dátiles y córtelos en láminas muy finas.
- Vierta la miel en una sartén antiadherente. Añada los trozos de manzana y rehóguelos durante 10 minutos removiendo constantemente. Corte la vaina de vainilla por la mitad, extraiga las semillas y repártalas sobre las manzanas. Agregue la mitad de los dátiles cortados en láminas y prosiga la cocción durante 5 minutos más.
- Caliente el zumo de naranja a fuego lento en una cacerola pequeña. Añada el cardamomo desmenuzado y deje reposar 10 minutos. Cuele, añada el agua de azahar y el resto de los dátiles. Remueva esta mezcla y cuélela con un colador chino.
- En un plato, rellene un molde circular sin fondo con el picadillo de dátiles con manzanas. Retire el molde y decore el plato con el coulis.
- Sirva templado.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 20 min
Cocción: 3 o 4 min

8 mandarinas grandes (o 12 clementinas)

4 yemas de huevo

4 c de azúcar en polvo

1 c de Grand Marnier

Mandarinas gratinadas

- Corte por la mitad 4 mandarinas (o 6 clementinas), exprímalas y conserve el zumo. Cuélelo con un colador fino para eliminar la pulpa y las pepitas. Reserve 20 cl de zumo.
- Pele el resto de las mandarinas (o clementinas), separe los gajos y retire las pieles blancas que los envuelven. Dispóngalos en forma de corona en cuatro moldes para gratinar.
- Precaliente el grill del horno.
- Mezcle las yemas de huevo, el azúcar, el Grand Marnier y el zumo de mandarina en una cacerola pequeña. Ponga la cacerola en un recipiente más grande con agua caliente para calentar al baño María.
- Caliente la mezcla a fuego lento sin dejar de batirla, hasta que adquiera una consistencia cremosa y espumosa. Después, viértala sobre los gajos de mandarina.
- Introduzca los moldes en el horno y gratine durante 1 o 2 minutos, hasta que la superficie esté dorada.
- Sirva de inmediato.

PARA 1 LITRO DE SORBETE

Preparación: 15 min

Congelación: 3 h 30 min como mínimo

250 g de azúcar en terrones

17 mandarinas sin tratar

70 g de azúcar en polvo

Sorbete de mandarina

- Frote los terrones de azúcar con la cáscara de las mandarinas. Procure que las mandarinas no estén tratadas.
- En una cacerola, hierva 10 cl de agua con los terrones de azúcar perfumados. Después, añada el azúcar en polvo.
- Exprima las mandarinas. Debe obtener 700 g de zumo.
- Vierta el zumo de mandarina en el almíbar y mezcle.
- Deje enfriar totalmente antes de ponerlo en una sorbetera.

Si lo desea, también puede preparar un sorbete de naranja siguiendo este mismo procedimiento, manteniendo las mismas proporciones (en este caso, emplee unas 9 naranjas sin tratar).

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 30 min
Cocción: de 35 a 40 min

Tarta de naranja

350 g de pasta brisa
3 naranjas grandes
4 huevos pequeños
150 g de azúcar en polvo
50 g de mantequilla a punto de pomada
40 g de fécula de maíz

- Prepare la pasta brisa (véase receta p. 61) y déjela reposar, o descongélela si va a emplear pasta congelada.
- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Unte con mantequilla un molde para tartas o forre un molde con papel sulfurizado. Extienda la pasta con el rodillo de cocina sobre la superficie de trabajo ligeramente enharinada. Dele la forma de un círculo con un diámetro un poco mayor que el del molde.
- Forre el molde con la pasta y presione suavemente la base y los laterales con la yema de los dedos para que se adhiera al recipiente. A continuación, corte la pasta que sobresalga pasando el rodillo por el borde del molde.
- Pele las naranjas retirando toda la cáscara y las pieles blancas, de manera que solo quede la pulpa. Separe los gajos y retire las pepitas. Triture los gajos de naranja con la batidora para obtener un puré espeso.
- Casque los huevos en un cuenco, añada el azúcar, la mantequilla y la fécula de maíz, y bata con un batidor de varillas, hasta que la mezcla adquiera una consistencia muy suave. Vierta la mezcla en una cacerola, añada el puré de naranja y lleve a ebullición sin dejar de remover con una cuchara de madera. Deje hervir 2 o 3 minutos mientras sigue removiendo.
- Vierta el preparado en el fondo del molde. Hornee durante 35 o 40 minutos, hasta que los bordes de la tarta estén dorados. Saque del horno, deje enfriar un poco antes de desmoldar y coloque sobre una rejilla.
- Sirva la tarta fría.

PARA 6 PERSONAS

Preparación: 20 min

Cocción: 45 min

Bizcocho de naranja

PARA LA MASA

1 naranja sin tratar

250 g de mantequilla a punto de pomada (sacada de la nevera al menos 3 h antes)

300 g de azúcar en polvo

6 huevos

80 g de harina

200 g de almendras molidas

4 c de licor de naranja

1 c de harina para el molde

PARA EL GLASEADO

2 c de confitura de naranja dulce

8 c de azúcar glas

4 c de zumo de naranja

- Precaliente el horno a 180 °C (termostato 6).
- Lave la naranja y séquela. Ralle la cáscara muy fina. Reserve la naranja para decorar.
- Prepare la masa. Para ello, trabaje la mantequilla y el azúcar con una cuchara de madera hasta obtener una crema clara y espumosa. Agregue los huevos, de uno en uno, y luego la harina, las almendras molidas y la cáscara de naranja. Después añada 2 cucharadas de licor.
- Unte con mantequilla un molde para pasteles de 22 cm de diámetro. Espolvoréelo con harina. Agite el molde y luego vuélquelo para eliminar el exceso de harina. Vierta la masa en el molde y hornee durante 45 minutos.
- Coloque una rejilla sobre una hoja grande de papel sulfurizado. Cuando saque el bizcocho del horno, vuélquelo sobre la rejilla y déjelo enfriar.
- Prepare el glaseado. Para ello, temple la confitura y luego tritúrela. Tamice el azúcar glas en un bol. Mezcle la confitura, el azúcar glas, el resto del licor y la cantidad necesaria de zumo de naranja para obtener una crema de consistencia suave y fluida.
- Vierta la mitad de la crema en el centro del bizcocho. Extienda el glaseado por la parte superior y los laterales del pastel. Recupere el glaseado que haya caído sobre la hoja de papel. Deje secar durante 5 minutos y luego repita la misma operación con el resto del glaseado. Conserve el bizcocho a temperatura ambiente.
- Retire las pielecillas de la naranja. Separe los gajos y decore el bizcocho.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 30 min
Refrigeración: 1 h

Áspics de naranja

6 hojas de gelatina
6 naranjas
150 g de azúcar en polvo
15 cl de agua
50 cl de zumo de naranja
2 c de Grand Marnier (opcional)

- Corte las hojas de gelatina en trozos y póngalos en remojo en un bol con agua fría. Pele las naranjas retirando la cáscara y la piel blanca que las envuelve, de manera que solo quede la pulpa. Separe los gajos y retire la membrana transparente que los envuelve. Retire las pepitas.
- Vierta el azúcar y el agua en una cacerola pequeña. Caliente a fuego lento mientras remueve con una cuchara de madera, hasta que el azúcar se haya disuelto por completo. Lleve a ebullición y luego apague el fuego.
- Escurra las hojas de gelatina y retire el exceso de agua presionándolas entre los dedos. Sumérjalas en el almíbar caliente y remueva para que se disuelvan. Añada el zumo de naranja y el Grand Marnier (opcional). Mezcle.
- Cubra el fondo de cuatro moldes individuales con una capa de almíbar de naranja e introdúzcalos 10 minutos en el congelador, hasta que el almíbar adquiera la consistencia de una jalea.
- Reparta los gajos de naranja en los moldes colocándolos sobre la capa de jalea. A continuación, vierta por encima la cantidad necesaria de almíbar de naranja para llenar los moldes. Deje enfriar y conserve en la nevera al menos durante 1 hora. Para desmoldar los áspics, sumerja rápidamente los moldes en agua muy caliente y vuelque cada uno en un plato de postre.
- Sirva este postre muy frío.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 10 min
Cocción: 2 o 3 min

2 pomelos rosas
8 c de azúcar en polvo
20 g de mantequilla

Pomelos salteados caramelizados

- Precaliente el grill del horno. Corte los pomelos por la mitad. Separe con un cuchillo la pulpa de la cáscara, pero sin retirarla. Separe los gajos desprendiéndolos de las membranas con la punta de un cuchillo pequeño.
- Coloque los medios pomelos en una bandeja para horno y espolvoréelos con azúcar abundante. Reparta la mantequilla troceada por encima.
- Ponga la bandeja bajo el grill y mantenga 2 o 3 minutos, observando atentamente el grado de cocción. Cuando el azúcar se caramelice, saque la bandeja del horno.
- Sirva de inmediato.

PARA 4 PERSONAS

Preparación: 30 min
Cocción: 10 min

sabayón de cítricos con especias

2 pomelos rosas
2 naranjas grandes
10 cl de zumo de naranja colado
2 c de licor de naranja
4 yemas de huevo
60 g de azúcar en polvo
2 c de azúcar de caña moreno
1 pizca de canela en polvo
1 pizca de jengibre en polvo
1 pizca de pimienta blanca en polvo

- Pele los pomelos y las naranjas. Separe los gajos y retire las pepitas. Conserve los gajos en un lugar fresco.
- Mantenga una cacerola con agua hirviendo a fuego lento. En otra cacerola más pequeña, bata las yemas de huevo con el azúcar en polvo hasta que la mezcla quede espumosa. Agregue las especias.
- Ponga la cacerola pequeña al baño María dentro de la cacerola con agua hirviendo. Continúe batiendo la mezcla enérgicamente mientras añade el zumo de naranja, hasta que adquiera una consistencia cremosa. Retire la cacerola del fuego. Siga removiendo sin cesar durante otros 30 segundos y luego agregue el licor de naranja.
- Encienda el grill del horno.
- Reparta el sabayón en cuatro recipientes de postre individuales. Seque los gajos de cítricos con papel absorbente y sumérjalos en el sabayón alternando los diferentes colores.
- Espolvoree un poco de azúcar de caña moreno por encima. Colóquelos bajo el grill hasta que se doren.
- Sirva de inmediato.

Abreviaturas y tabla de equivalencias

ABREVIATURAS			CAPACIDADES
s = segundo	l = litro	cc = cucharada de café	25 cl = 1 taza
min = minuto	mg = miligramo	°C = grado centígrado	50 cl = 2 tazas
h = hora	g = gramo	aprox = aproximadamente	75 cl = 3 tazas
ml = mililitro	kg = kilogramo	MG = materia grasa	1 l = 4 tazas
cl = centilitro	c = cucharada sopera		

EDICIÓN ORIGINAL

Dirección editorial: Colette Hanicotte
Coordinador editorial: Ewa Lochet
Dirección artística: Emmanuel Chaspoul, con la colaboración de Jacqueline Bloch, Martine Debrais y Cynthia Savage
Concepción gráfica: Jacqueline Bloch
Producción: Annie Botrel

Fotografías de las recetas: (© col. Larousse): Y. Bagros (estilismo L. du Tilly): pp. 55, 95; N. Bertherat (estilismo Coco Jobard con la colaboración de L. Schuster): pp. 29, 33, 59, 65, 73, 87, 91; N. Bertherat (estilismo Coco Jobard con la ayuda de C. Mèche): pp. 9, 13, 17, 45, 51, 57, 69; D. Czap (estilismo M. Salaün): pp. 5, 25, 37, 39, 43, 47, 63, 77, 81, 85; J. Hall (estilismo G. Poidevin): p. 21.

Fotografías de los productos: Olivier Ploton © col. Larousse.

Fotografías de la cubierta: arriba izq.: © J. Hall/Sucré Salé; arriba der.: © Studio R. Schmitz/Stockfood/Studio X; abajo izq.: © A. Plewinski/Stockfood/Studio X; abajo der.: © D. Begovic/Stockfood/Studio X.

EDICIÓN ESPAÑOLA

Coordinación editorial: Jordi Induráin Pons
Edición: M. Àngels Casanovas Freixas
Traducción y adaptación: Vicky Santolaria Malo
Revisión y corrección: Paloma Blanco Aristín
Maquetación: dos més dos edicions, s.l.
Adaptación de cubierta: dos més dos edicions, s.l.

© Larousse, 2006

© 2007 LAROUSSE EDITORIAL, S.L.

Mallorca 45, 3.ª planta – 08029 Barcelona
Tel.: 93 241 35 05 – Fax: 93 241 35 07
larousse@larousse.es – www.larousse.es

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes plagiaren, reprodujeren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte y en cualquier tipo de soporte o a través de cualquier medio, una obra literaria, artística o científica sin la preceptiva autorización.

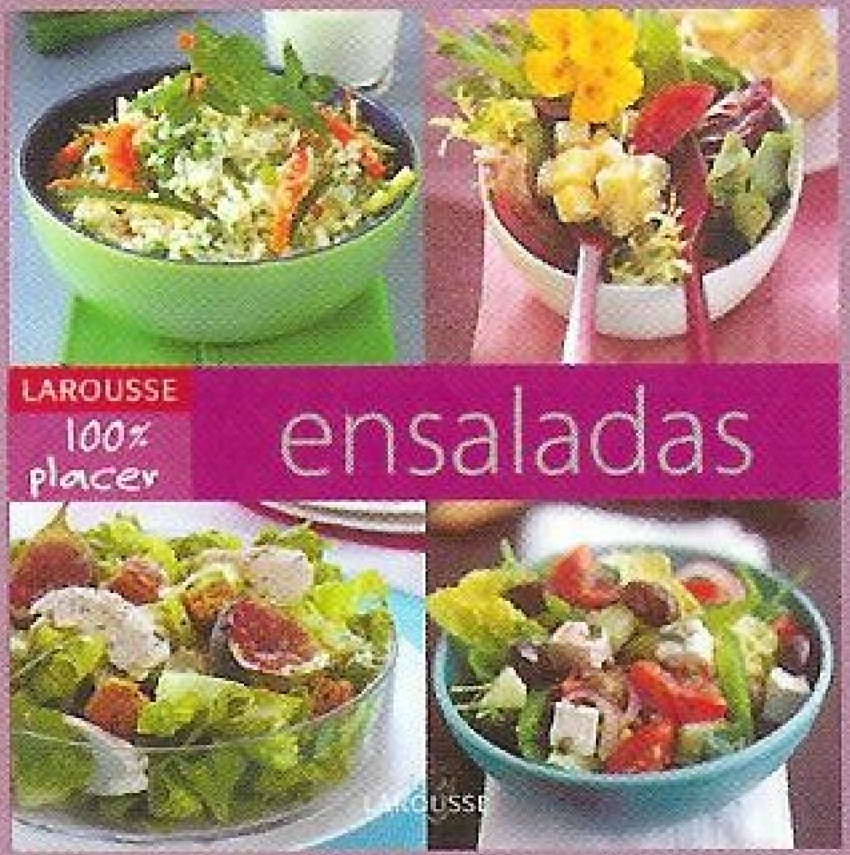
ISBN: 978-84-8332-944-3
Impresión: Gráficas Estella
Impreso en España – Printed in Spain

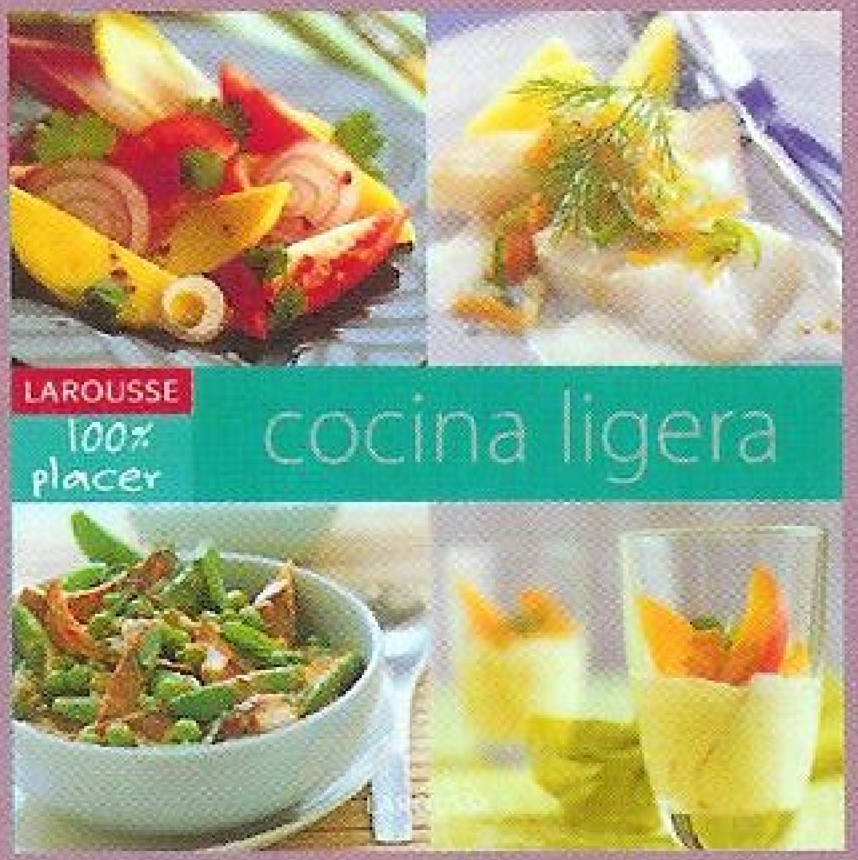
postres con frutas

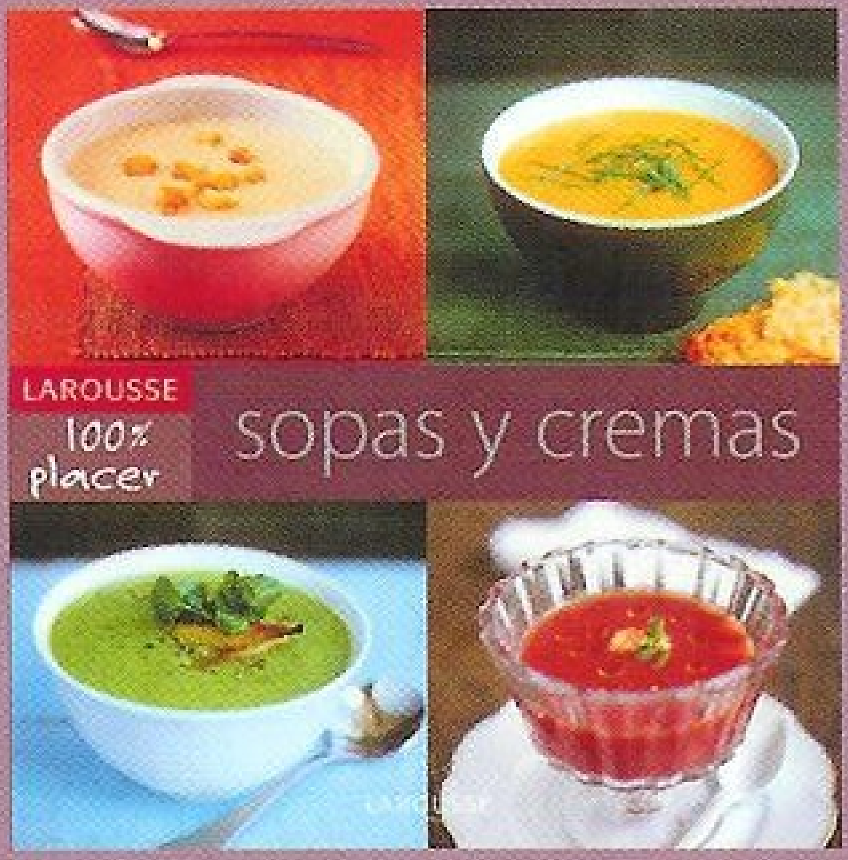
60 recetas con frutas que abrirán todos los sentidos: macedonia de frutas, frutas confitadas, salteadas, gratinadas, compotas, tartas, papillotes, sorbetes, etc.

100% placer LAROUSSE

Recetas para que cocinar sea siempre un placer.







2651003
ISBN 978-84-8332-944-3
9 788483 329443

LAROUSSE

www.larousse.es